

Année 1895

THÈSE

N°

116

POUR LE

DOCTORAT EN MÉDECINE

Présentée et soutenue le jeudi 24 janvier 1895, à 1 heure

Par CÉLESTIN LECOMTE

Né à Plénée-Jugon (Côtes-du-Nord), le 26 mai 1856

Ancien externe des hôpitaux de Paris

Ex-vétérinaire d'Alfort.

L'ESCRIME

AU POINT DE VUE MÉDICAL

Président : M. LABOULBÈNE, professeur.

Juges : MM. DUPLAY, professeur.

NÉLATON,

GILBERT,

} *agregés.*

PARIS

G. STEINHEIL, ÉDITEUR

2, RUE CASIMIR-DELAVIGNE, 2

—
1895

Année 1895

THÈSE

N°

POUR LE

DOCTORAT EN MÉDECINE

Présentée et soutenue le jeudi 24 janvier 1895, à 1 heure

Par CÉLESTIN LECOMTE

Né à Plénée-Jugon (Côtes-du-Nord), le 26 mai 1856

Ancien externe des hôpitaux de Paris

Ex-vétérinaire d'Alfort.

L'ESCRIME

AU POINT DE VUE MÉDICAL

Président : M. LABOULBÈNE, professeur.

Juges : MM. DUPLAY, professeur.

NÉLATON, } *agréés.*
GILBERT, }

PARIS

G. STEINHEIL, ÉDITEUR

2, RUE CASIMIR-DELAVIGNE, 2

1895

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS

Doyen.....	M. BROUARDEL.
Professeurs.....	MM.
Anatomie.....	FARABEUF.
Physiologie.....	Ch. RICHET.
Physique médicale.....	GARIEL.
Chimie organique et chimie minérale.....	GAUTIER.
Histoire naturelle médicale.....	BAILLON.
Pathologie et thérapeutique générales.....	BOUCHARD.
Pathologie médicale.....	{ DIEULAFOY.
	{ DEBOVE.
Pathologie chirurgicale.....	LANNELONGUE.
Anatomie pathologique.....	CORNIL.
Histologie.....	MATHIAS DUVAL.
Opérations et appareils.....	TERRIER.
Pharmacologie.....	POUCHET.
Thérapeutique et matière médicale.....	LANDOUZY.
Hygiène.....	PROUST.
Médecine légale.....	BROUARDEL.
Histoire de la médecine et de la chirurgie.....	LABOULBÈNE.
Pathologie comparée et expérimentale.....	STRAUS.
	{ SÉE (G.).
Clinique médicale.....	{ POTAIN.
	{ JACCOUD.
	{ HAYEM.
Clinique des maladies des enfants.....	GRANCHER.
Clinique des maladies syphilitiques.....	FOURNIER.
Clinique de pathologie mentale et des maladies de l'encéphale.....	JOFFROY.
Clinique des maladies nerveuses.....	RAYMOND.
	{ DUPLAY.
Clinique chirurgicale.....	{ LE DENTU.
	{ TILLAUX.
	{ BERGER.
Clinique ophtalmologique.....	PANAS.
Clinique des voies urinaires.....	GUYON.
Clinique d'accouchements.....	{ TARNIER.
	{ PINARD.

Professeurs honoraires : MM. SAPPEY, PAJOT, REGNAULD et VERNEUIL

Agrégés en exercice

MM.	MM.	MM.	MM.
ALBARRAN.	DELBET.	MARFAN.	RETERER.
ANDRÉ.	FAUCONNIER.	MARIE.	RICARD.
BALLET.	GAUCHER.	MAYGRIER.	ROGER.
BAR.	GILBERT.	MENETRIER.	SCHWARTZ.
BRISAUD.	GLEY.	NÉLATON.	SEBILEAU.
BRUN.	HEIM.	NETTER.	TUFFIER.
CHANTEMESSE.	JALAGUIER.	POIRIER, Chef des tra-	VARNIER.
CHARRIN.	LEJARS.	vaux anatomiques.	VILLEJEAN.
CHAUFFARD.	LETULLE.	QUÉNU.	WEISS.
DEJERINE.			

Secrétaire de la Faculté : M. PUPIN.

Par délibération en date du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui seront présentées doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, et qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.

A LA MÉMOIRE

DE MON PÈRE,

DE MA MÈRE,

DE MON BEAU-PÈRE

L'ESCRIME

AU POINT DE VUE MÉDICAL

AVANT-PROPOS

Absent depuis deux ans des hôpitaux de Paris, il nous était difficile de produire une œuvre médicale ou chirurgicale pure.

Considérant l'hygiène comme une branche importante de la médecine et souvent à portée de tous, nous avons consigné dans ce travail ce qu'il nous a été permis d'observer concernant les bons effets de l'escrime comme moyen thérapeutique, sujet à peine effleuré par le D^r Lagrange, et dont les observations qui suivent démontreront l'utilité pratique.

D'où notre titre : L'escrime au point de vue médical.

L'escrime est un genre de gymnastique rationnelle, qui a sur la gymnastique générale l'avantage d'intéresser, d'attacher, de passionner même l'individu.

Nous avons pensé que préconiser ce moyen hygiénique et thérapeutique, aurait le mérite de stimuler bien des malades réfractaires aux avis du médecin qui les invite à se livrer à la gymnastique, qui ne leur offre aucun

attirait; tandis qu'ils se rendront à la salle d'armes comme on se rend au cercle, et qu'ils s'y sentiront stimulés, provoqués, par le spectacle des assauts et la présence de visages connus. Nous nous sommes efforcé de démontrer que ce sport est applicable non seulement au sexe fort, mais aussi au sexe délicat et même à l'enfant dans des conditions déterminées.

Avant d'entrer dans notre sujet il est de notre devoir d'adresser à nos maîtres des hôpitaux et de la Faculté, nos sincères remerciements pour l'enseignement qu'ils se sont efforcés de nous inculquer.

Nous adressons notre affectueuse et reconnaissante sympathie aux maîtres près desquels se sont écoulées nos années de stage hospitalier. A Saint-Louis, dans le service de M. Lucas-Championnière nous nous rappelons notre admiration étonnée en présence des progrès réalisés par la chirurgie. A Saint-Antoine nous avons passé huit mois heureux comme externe avec nos deux si bienveillants maîtres MM. Walther et Ricard, près desquels nous avons rencontré un si cordial accueil.

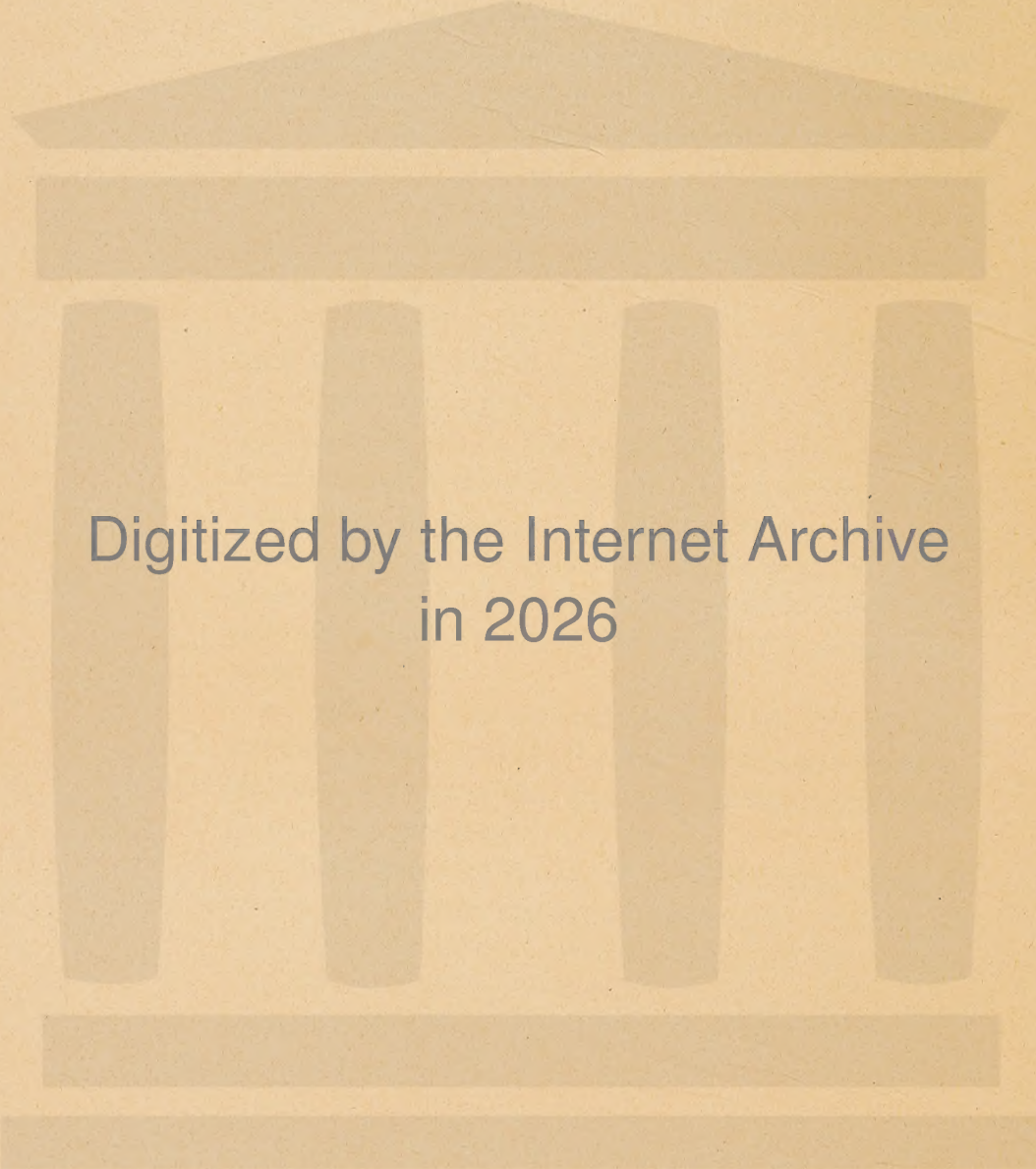
Au point de vue médical, nous avons trouvé des maîtres dévoués comme M. le D^r Ollivier aux Enfants-Malades, à la mémoire duquel nous adressons notre respectueux hommage.

M. le D^r Brault à Cochin; M. le D^r Du Castel à Saint-Louis, près duquel nous avons fait un trop court séjour, lui aussi nous a réservé un bon accueil à notre retour à Paris, nous lui en exprimons notre vive reconnaissance.

Nous remercions aussi notre ami Hermary, interne

des hôpitaux, dont l'amitié vraie ne s'est jamais démentie.

Que M. le professeur Laboulbène veuille bien agréer l'assurance de notre respectueuse et profonde reconnaissance pour l'honneur qu'il nous fait en acceptant la présidence de notre thèse.



Digitized by the Internet Archive
in 2026

https://archive.org/details/IA41553811_0035

INTRODUCTION

C'est dans la charmante petite salle d'armes de l'ancien hôtel des mousquetaires, rue de Beaune, que nous avons recueilli les principaux éléments de ce travail. En même temps que nous y manions le fleuret, nous étions surpris de voir guérir avec rapidité des ankyloses du coude et de l'épaule, de voir des obèses se débarrasser en un temps relativement court de leur surcharge adipeuse, des goutteux se préserver depuis de longues années par l'exercice quotidien des armes du retour agressif de crises autrefois très violentes. Le distingué maître de cette salle, M. Mondoloni, nous aida de son côté avec beaucoup de bienveillance, en mettant à notre disposition ses connaissances approfondies du fleuret et de l'épée. Nous tenons à l'en remercier vivement au début de ce travail.

En feuilletant dans la littérature médicale ce qui a paru sur l'escrime tant au point de vue hygiénique que médical ou chirurgical, on est surpris du silence des auteurs. C'est à peine si on trouve quelques lignes à ce sujet dans la *Gymnastique médicale et chirurgicale* du D^r Tissot, publiée en 1780 et quelques pages qui paraissent tant soit peu défavorables à cet exercice, dans la *Physiologie des exercices du corps* publiée par le D^r La-grange en 1888.

Mais n'allez pas croire que les médecins soient défa-

vorables au sport des armes. La profession médicale exige, pour reposer l'esprit de ses travaux, de sa tension, de ses émotions constantes, l'exercice physique, que les uns se procurent par la gymnastique, d'autres par la marche. Bretonneau répondait à cette nécessité en se levant à 4 heures tous les matins et en commençant sa journée par scier un fagot. Nous pourrions citer actuellement plusieurs de nos maîtres, médecins et chirurgiens des hôpitaux qui, comme Bretonneau, se lèvent tous les jours de grand matin, non plus pour scier un fagot, mais pour se divertir avec le fleuret, prendre la leçon et faire assaut avant de se rendre à leur service d'hôpital. C'est bien souvent dès l'époque de leur internat, dans les salles de garde, ou même avant, dans les salles d'armes du quartier latin, qu'un nombre considérable de médecins commencent à étudier l'escrime. Ajoutons que les grandes salles d'armes comptent parmi leurs membres, un bon nombre de médecins, dont quelques-uns ne dédaignent pas de figurer, avec honneur, dans les assauts publics ; que bien des adolescents, des adultes, ou des vieillards sont envoyés à la salle d'armes sur le conseil de leurs médecins dans un but thérapeutique, et l'on verra que pratiquement, une heureuse expérience, maintes fois renouvelée, a nettement démontré aux médecins, l'influence bienfaisante de l'exercice des armes pour la conservation de la force et de la santé, et même pour la cure de certaines déformations et de certaines maladies.

La gymnastique a donné naissance, dans ces dernières années entre autres, à un nombre incalculable de tra-

vaux. Son action physiologique, les ressources qu'elle peut fournir à l'art de guérir, ont été mises en lumière. On a même été jusqu'à la recommander aux moralistes, et à lui attribuer une influence extrêmement moralisatrice.

Un sport né d'hier, la vélocipédie, est entré dans le domaine médical presque immédiatement après son apparition, comme en témoignent les articles du D^r Hammond dans le *Journal de New-York* en janvier 1892, sur la bicyclette dans le traitement des maladies mentales et nerveuses, du D^r Talamon dans la *Médecine moderne* du 3 mars 1892, sur la bicyclette dans le traitement des maladies nerveuses, un livre du D^r Jennings sur la santé par le bicycle, qui a obtenu un grand succès, sans compter que le Congrès des hygiénistes tenu à Caen du 9 ou 15 août dernier a consacré une séance à l'étude des effets hygiéniques de la bicyclette, et que l'Académie de médecine vient aussi de s'occuper de cette question.

Moins favorisée que ces deux sports, la science des armes n'a pas attiré au même degré, malgré son ancienneté, l'attention des observateurs. Il est vrai que presque toutes les notions de physiologie de l'exercice, appliquées par les auteurs de la gymnastique sur le développement des muscles, leur contraction, la souplesse des articulations, le développement du champ et de l'activité de l'hématose, l'accélération des échanges nutritifs, l'entraînement, le surmenage peuvent s'appliquer à l'escrime. Mais ne serait-il pas intéressant de bien tracer par de nombreuses observations la physionomie spéciale du développement que donne l'escrime au corps,

de voir si certaines déformations, certaines maladies ne guérissent pas plus vite et plus complètement par l'es-crime que par tout autre exercice.

La gymnastique avec appareils demande une assez grande mise en scène d'appareils variés qu'on n'a pas toujours sous la main. La gymnastique rationnelle, sans appareils, n'offre pas une attraction bien grande et demande la présence d'un maître de gymnastique connaissant la liste presque infinie des mouvements qui ont été adoptés, et voulant bien s'occuper de son élève avec un soin très particulier. La vélocipédie et le cano-tage, outre qu'ils finissent par donner de la cyphose, nécessitent aussi le concours de circonstances accessoi-res qui ne se rencontrent pas partout et en toute saison.

Un fleuret et un maître d'armes pour prendre la le-çon, ou un fleuret et un partner pour faire assaut peu-vent se rencontrer partout.

Quels sont les effets physiologiques du fleuret ? Que peut-on en attendre au point de vue thérapeutique ? Voilà ce que nous nous efforcerons d'étudier dans cette thèse.

CHAPITRE PREMIER

Notions d'escrime.

Sortons un moment du terrain médical pour pénétrer dans les salles d'armes, et nous rendre compte des exercices auxquels le maître soumet les amateurs de la science des armes, et les malades auxquels le médecin a conseillé le fleuret.

Dans son sens le plus large, le mot escrime représente l'art de lutter adroitement avec n'importe quelle arme manuelle offensive et défensive. L'escrime s'est appliquée successivement à la lourde épée, au braquemart, à l'estramacon, à la rapière, au carrelet, au sabre, et enfin au fleuret. L'école française depuis cent ans a porté l'art du fleuret à une telle perfection, comme arme de lutte, et comme instrument d'exercice physique, que le terme d'escrime s'emploie presque exclusivement à l'heure actuelle pour désigner le jeu du fleuret.

Tout le monde connaît cette lame d'acier, quadrangulaire, mince, flexible, dans laquelle les techniciens distinguent un faible ou région de la pointe, et un fort ou talon avec lequel on doit parer, tandis que la pointe est destinée à toucher l'adversaire. Le fleuret et sa compagne l'épée triangulaire, sont en effet des armes exclusivement de pointe, différant en cela du sabre qui meurtrit à la fois par la pointe, et par le tranchant. Cette pointe plus

meurtrière par sa pénétration profonde, que les entailles d'un coup tranchant, et plus meurtrière dans le fleuret, qui pénètre finement et loin, que dans l'épée, se transforme à la salle d'armes, en un bouton métallique recouvert lui-même d'une épaisse couche de ficelle ou d'autre substance élastique. L'escrimeur, la tête protégée par son masque en fin treillis métallique, le cou caché derrière une bavette qui tient au masque, le tronc renfermé dans une veste en peau, et la main droite qui tient la lame matelassée par un gant rembourré, abritée par la garde ou lunette qui sépare la poignée de la lame, n'a rien à craindre de ces armes, qui pour parler au figuré ne montrent plus les dents. L'escrime réalise donc la première de toutes les conditions qu'il faut demander à un exercice physique : ne présenter aucun danger pour l'individu plus ou moins affaibli par l'âge, la maladie, les fatigues physiques, une lésion articulaire, qui viendra lui demander de redonner à son organisme sa vigueur première. Si de temps à autre, rarement il est vrai, on entend parler de blessures de la face, des yeux, du cou, quelquefois même d'accidents mortels, survenus à la salle d'armes, l'escrime ne doit pas en supporter la responsabilité, car de pareils accidents, extrêmement rares du reste, relèvent de l'imprudence ou de la victime qui aura oublié de mettre son masque, ou de l'adversaire, qui oubliant que l'escrime est un exercice d'adresse et de réflexion, non de fougue et d'emballement, fera assaut comme un sanglier qui se précipite sur son agresseur les défenses en avant, et cassera sa lame en continuant quand même de se servir du tron-

çon qui lui restera entre les mains. Telles ne sont pas les mœurs que comporte l'art du fleuret à l'assaut, et moins encore à la leçon au plastron. Que ce terme d'exercice des armes n'éveille donc pas dans l'esprit d'un malade profane à qui on peut avoir à le recommander des idées de crainte, qu'il sache bien que c'est le plus doux, le plus courtois des exercices, qu'il y aille donc avec entrain, se mette en garde, et s'apprête au commandement de fendez-vous.

La mise en garde et la fente ou développement mettent en jeu tous les muscles sans exception, surtout ceux qui servent le moins dans la marche, d'où ce fait que fatigué par une longue marche, on peut encore se mettre en garde et se fendre sans fatigue et vice-versa.

Ces deux mouvements exigent une grande souplesse des articulations coxo-fémorales et de la tibio-tarsienne gauche. C'est après 8 ou 15 jours d'entraînement que le novice triomphe des douleurs et raideurs de la courbature que ces positions anormales en apparence lui occasionnent. Il éprouve pendant ces premiers jours des tiraillements à la face interne des deux cuisses, dans les muscles adducteurs, à la racine des cuisses, au niveau des insertions musculaires ischio-pubiennes, et de la capsule articulaire de la hanche. Il a une sensation de fatigue dans le triceps droit, au-dessus de la rotule. Mais lui-même trouve bientôt des compensations à ces légers inconvénients. Son tenseur du *fascia lata* acquiert un volume relativement énorme, ce muscle étant d'ordinaire peu développé. La puissance abductrice de ses fessiers s'est accrue par le développement de ces mus-

cles, ses articulations coxo-fémorales se prêtent, par l'écartement des genoux en flexion, à une rotation en dehors considérable. L'attitude répétée du développement a donné du ressort aux muscles extenseurs de la jambe gauche, de la force au triceps crural droit, de la souplesse à l'articulation tibio-tarsienne gauche, en développant son mouvement d'inclination latérale interne.

De sorte que l'attitude de la mise en garde pour se protéger, et être prêt à fondre sur l'adversaire par la fente, assure au tireur une grande supériorité sur un adversaire qui ne se servirait que de la marche de passes, de sauts, de flexion du tronc, et met en jeu tous les muscles sans exception du membre inférieur, en même temps qu'elle imprime à toutes les articulations de ces membres des mouvements multiples dans les sens principaux de mobilité de ces jointures.

Voilà pourquoi notre jeu moderne du fleuret est si parfait, c'est parce qu'il est adapté aux ressources mécaniques de l'anatomie humaine.

Le tronc et les membres supérieurs ne restent pas inactifs dans la mise en garde. La colonne vertébrale, parfaitement rectiligne dans l'attitude en garde, subit dans la fente un léger mouvement d'inclinaison latérale droite dans ses parties dorsale et lombaire. Les roideurs causées par l'âge gagnent difficilement les articulations vertébrales des tireurs, qui à 60, 70 ans peuvent encore se plier, ramasser par exemple un objet à terre, sans que leur colonne vertébrale les en empêche.

Les vertèbres et les muscles du cou sont aussi exer-

cés par le mouvement de rotation à droite qu'ils doivent imprimer à la tête. Le tronc, reposant sur les jambes fléchies, et écartées à angle droit l'une de l'autre, se présente à l'adversaire par le côté droit, de façon à offrir peu de surface au fleuret qui le menace, ce qui oblige la tête à se tourner vers l'épaule droite, pour regarder l'adversaire en face.

Le bras gauche est élevé au-dessus de l'horizontale, et s'abaisse jusqu'au contact de la jambe gauche, quand l'escrimeur se fend. On a adopté cette attitude car l'expérience a démontré que ce mouvement de balancier imprimé au bras gauche entraîne le tronc quand le tireur veut se relever après s'être fendu, et lui permet de se remettre en garde avec le maximum de rapidité. Il en résulte, pour les muscles de l'épaule et du bras gauche plusieurs avantages. Les muscles travaillent moins il est vrai que ceux du membre supérieur droit qui tient le fleuret, le deltoïde tout particulièrement, et l'articulation de l'épaule entrent en jeu, et cette attitude en développant ce côté du corps neutralise l'effet désavantageux qu'aurait pu avoir un exercice agissant sur le bras droit et pas du tout sur le gauche. Malgré cela cette dernière critique a été bien des fois formulée contre l'exercice des armes, nous en reparlerons au chapitre III.

En même temps que le bras gauche est tenu élevé, l'épaule gauche doit être effacée, reportée en arrière, autant que le permettent la longueur et la mobilité de la clavicule, dont la direction offre alors son maximum

d'obliquité, de haut en bas, d'arrière en avant et de dehors en dedans.

L'attitude de l'épaule droite est analogue.

La partie supérieure du thorax se trouve ainsi dégagée en avant dans toute son étendue ; l'effacement des épaules, joint au jeu actif des poumons entretenu par cet exercice, développent la poitrine qui finit par bomber fortement en avant, d'une clavicule à l'autre.

Au sortir de la salle d'armes l'escrimeur conserve les avantages d'une attitude aussi hygiénique. Sa taille est droite, ses épaules sont reportées en arrière, et sa poitrine bombée, large, fortement développée, indique que les poumons ont obtenu tout le volume qu'ils pouvaient atteindre.

La main droite tient la lame, le pouce allongé sur le dos de la poignée, qu'il serre contre la face palmaire de la seconde phalange de l'index. Ces deux doigts sont les vrais points d'appui du fleuret ; c'est sur eux qu'il pivote pour décrire toutes ses évolutions, feintes, parades, contres, liements, coupés, battements, froissements, doublés, tantôt le bras fléchi, tantôt étendu, dans une des quatre lignes du dedans haute ou basse, du dehors haute ou basse, sous l'impulsion de la main, sans participation de mouvements ni de l'articulation radio-cubitale inférieure, ni du bras, et encore moins de l'épaule. On comprend quelle souplesse, et quelle délicatesse peut donner à la main qui manie le fleuret ce doigté finement exécuté, résultat, comme toute l'escrime, d'une alliance savante, d'une certaine force, d'un certain développement musculaire, avec la mise en action agile, délicate de la force dynamométrique obtenue par l'aug-

mentation du volume des muscles. L'escrime, en un mot, ne fera pas comme les haltères, comme le canotage, la gymnastique à appareils, des muscles gros, mais d'une contraction non graduée, elle ne fera pas des bras puissants, massifs, elle ne pousse pas le développement musculaire au delà d'une certaine limite, mais elle rend ces muscles propres à produire des mouvements rythmés, coordonnés, aussi bien légers que violents. Elle donne donc à la main une certaine force. L'escrimeur sait tenir sa lame solidement pour certains mouvements. Au moment de faire, ou de subir une parade ou un désarmement, avec les trois derniers doigts, il serre la poignée contre la paume de la main, mais il sait aussi rendre la lame légère, mobile entre ses doigts comme la plume de l'écrivain. Le tireur habile saura toucher l'adversaire sans violence, sans force. Vous lui trouverez une éminence thénar assez développée, un durillon sur la seconde phalange de l'index, à l'endroit où appuie la lame, mais il vous dira que malgré ces preuves de la force que peut demander l'art du fleuret de la part de la main, il doit à cet exercice d'avoir la main plus légère et plus habile pour écrire, peindre et même pour manier la pince et le bistouri.

L'avant-bras droit, décrivant constamment le mouvement de pronation ou de supination, dans la ligne de quarte ou de sixte haute ou basse, se développe notablement; le long supinateur est le muscle qui paraît profiter le plus de ces mouvements. Quant au biceps et au triceps brachial, la détente du bras, c'est-à-dire l'allongement brusque du bras, aussitôt après la parade,

ou pour l'attaque, immédiatement avant le départ du pied pour le développement qui va porter la lame sur le plastron, leur donne leur part de mouvement.

Par cet aperçu sommaire et imparfait de ce qu'est la leçon d'escrime, l'exercice du plastron, on peut voir que tout le corps entre en jeu, que toutes ses parties sont exercées. La circulation et le cœur sont activés, les muscles abdominaux, et le tube digestif, dans ces mouvements perpétuels du corps, accompagnés de légers efforts sont aussi excités dans leurs contractions. Enfin l'œil lui-même, l'acuité visuelle doivent fournir tout ce qu'elles peuvent donner ; il faut que l'escrimeur en un coup d'œil puisse suivre les yeux de l'adversaire, sa main, les mouvements de ses jambes, son fer. La main elle-même arrive à voir par le toucher, par le contact du fer, elle peut arriver à donner au tireur des idées exactes sur les intentions de l'adversaire.

L'assaut, cette image du combat, porte au suprême degré, l'intensité et la rapidité de tous ces mouvements dont il est le but. En même temps, il ajoute à la valeur physique de ces mouvements multiples, l'attrait des combinaisons intellectuelles. Le cerveau à son tour participe à l'action, l'escrime devient non seulement un exercice, mais de plus une grande distraction. C'est à l'intelligence du tireur qu'il appartient à chaque minute de juger de sa situation avec netteté, rapidité, précision, et de commander aux mouvements de sa main, qui devient une tacticienne habile, déjouant ou tendant des pièges.

Je ne parle pas de l'exercice de l'épée ; il est analo-

gue à celui du fleuret, mais comme exercice physique, et aussi comme étude des armes blanches il est inférieur à celui du fleuret. A l'épée, on se comporte comme sur le terrain ; ici pas de convention, toutes les parties du corps peuvent être touchées, aussi l'exercice de l'épée exige plus de tête, plus de calcul, plus de prudence, et par suite des mouvements moins complets, plus calmes, moins violents que le jeu du fleuret. Ce dernier est un peu conventionnel, le tronc seul compte comme coup touché, il y a quelques règles établies pour fixer à qui revient l'avantage dans les cas de touchés doubles. Le fleuret y perd en vérité, en ce sens que dans un duel, on ne se comporte pas comme à l'assaut ; mais il y gagne comme exercice. Quiconque possède bien le jeu compliqué du fleuret arrivera facilement au maximum de force dans le maniement des autres armes blanches notamment de l'épée, et la réciproque ne serait pas vraie.

Ce jeu y gagne, nous venons de le voir, en intérêt et en valeur hygiénique, puisqu'il réunit dans ces conditions tout ce qu'on doit demander à un exercice parfait à savoir : n'offrir aucun danger, intéresser celui qui s'y adonne, et lui être utile autant que possible, faire contracter tous les muscles à fibres striées du tronc et des membres, et à fibres lisses des cavités splanchniques, et enfin faire jouer dans leurs sens principaux de mouvements toutes les articulations, en ne donnant au corps que des attitudes esthétiques.

Voilà ce que l'exercice de l'escrime impose à l'organisme. On peut déduire de là l'importance qu'il y a à ce

que le malade ou l'élève soit entre les mains d'un maître expérimenté et intelligent, d'un maître qui soit vraiment un artiste en l'art des armes. Il appartiendra au médecin de veiller à ce que son malade soit entre bonnes mains, aujourd'hui que le premier venu peut s'intituler maître d'armes. Un maître ignorant n'intéressera pas le débutant, et lui sera nuisible en lui laissant prendre de mauvaises attitudes, et en le laissant ferrailer sans principes. Un maître expérimenté saura être notre auxiliaire quand nous voudrons obtenir de l'escrime un effet thérapeutique, et répondre, en choisissant avec discernement tel mouvement et telle parade de préférence à tels autres, en espaçant avec à propos les reprises les unes des autres, et en suivant attentivement l'effet des exercices qu'il impose à son élève, aux indications particulières que nous aurons à remplir chez les malades que nous enverrons à la salle d'armes.

Pour bien faire comprendre l'esprit de l'escrime, l'importance du maître et de bons principes, car seule l'escrime vraiment digne de ce nom peut nous rendre service en médecine en intéressant le malade et en ne lui donnant pas d'attitudes vicieuses, nous terminerons ce chapitre par le passage suivant, extrait du livre extrêmement consciencieux consacré à l'escrime par un ami passionné des armes, M. Egerton Castle: « L'escrime est un de ces exercices qui veulent être basés, dès le premier jour où l'on s'y adonne, sur des principes rigoureusement exacts. La vieillesse peut gagner le tireur, diminuer petit à petit la vigueur de ses membres et l'élasticité de son poignet, mais ce désavantage est am-

plement compensé par le surcroît de calme et de précision que font acquérir de longues années de pratique. D'un autre côté, si, se fiant à sa jeunesse et à son agilité, le novice ne commence pas par s'exercer à un jeu correct, qui admet, après tout, une variété presque infinie, il n'ira jamais au delà de quelques attaques et de quelques parades favorites, pouvant cependant, à la suite d'une pratique constante être exécutées avec une vigueur et une rapidité extraordinaires.

Mais, à mesure que ses forces physiques l'abandonnent, au lieu de recueillir le profit de la pratique, il devient de moins en moins dangereux pour ses antagonistes et finit par abandonner un exercice qui aurait pu le réjouir jusqu'à la fin de ses jours. »

CHAPITRE II

Histoire.

En 1780 parut la *Gymnastique médicale et chirurgicale* du D^r Tissot. C'est le premier ouvrage médical où l'exercice des armes soit étudié sous son aspect hygiénique, et conseillé pour la guérison de certaines affections.

Pourtant l'histoire nous apprend que vers la Renaissance l'art des armes avait fait sa première apparition. L'Espagne fut le berceau de cet art nouveau, substituant à la lourde épée, une arme plus légère, longue, à deux tranchants et à pointe acérée, dite rapière, et apprenant à se servir de cette arme non pas d'une façon quelconque, mais suivant des principes qui devaient donner la victoire au plus adroit. Le premier livre sur l'usage de la rapière, dont on ait le souvenir, bien que l'ouvrage ne soit pas parvenu jusqu'à nous, est dû à un Espagnol : Jayme (Jaume ou Jacobus) Pons de Majorea. Il parut à Perpignan en 1474.

Il est vrai que malgré sa précocité l'art espagnol ne devait pas atteindre une grande perfection. Pendant la première moitié du règne de Louis XIII, on le trouve néanmoins en faveur dans quelques écoles de Paris. L'enseignement des armes en Espagne fut, pendant tout le XVII^e siècle, accaparé par la famille des Narvaez, qui

lui imposa des principes erronés. C'est ainsi que la rapière espagnole conserva longtemps sa longueur démesurée et son poids, servant surtout par le tranchant, comme arme de taille ; alors que les Italiens et les Français, ayant reconnu la grande supériorité des coups de pointe, ou d'estoc, sur ceux de tranchant ou de taille, accommodaient la rapière au jeu d'estocade en la rendant moins longue et moins lourde ; leur jeu gagnait ainsi en variété, tandis que l'idéal des Espagnols était le coup de tranchant sur la tête, suivi du coup de pointe entre la gorge et les yeux. Mais le plus grand malheur de l'escrime espagnole fut de se lancer dans des considérations philosophiques et géométriques, erronées et compliquées, dont l'ouvrage de Girard Thibault d'Anvers, intitulé *De l'Académie de l'épée*, et publié en 1630, bien qu'il soit daté de 1628, nous donne une idée très exacte.

L'auteur consacra une grande partie de sa vie et sa fortune à la publication de cet ouvrage. Louis XIII, plus de dix ans avant cette publication, favorisa l'auteur de toute son approbation et y souscrivit. Neuf princes régnants d'Allemagne contribuèrent aussi à couvrir les frais qu'entraînait cette œuvre monumentale. Au point de vue de la typographie, des planches, de la reliure, c'est le plus splendide ouvrage qui ait été publié sur l'escrime. Le plus bel ouvrage pour les bibliophiles, les amateurs des belles publications anciennes, les collectionneurs des livres richement illustrés suivant les procédés anciens, après celui-ci, est celui de Gérard, paru à Paris dans la première moitié du XVIII^e siècle. La

science des armes s'est revêtue là de tout ce qu'elle a de plus séduisant pour les profanes et les amateurs de l'antique ; mais le côté doctrinal, le côté théorique manque de vérité et d'intérêt dans l'un et l'autre de ces ouvrages dont l'influence sur l'amélioration du maniement des armes à leur époque respective fut nulle.

L'ouvrage de Thibault nous montre donc le côté mesquin, le cercle étroit et illusoire d'idées théoriques extrêmement compliquées de l'Ecole d'armes espagnole. Tous les mouvements du corps et de l'épée étaient inscrits dans un cercle dont il ne fallait pas s'écarter. Les cercles mystérieux se trouvaient subdivisés en un nombre incalculable de rayons et cordes auxquels il fallait toujours correspondre sous peine, si on s'en écartait, d'être vulnérable. De là venait cette tactique espagnole de toujours marcher circulairement, de côté, pour attaquer l'adversaire. Disons toutefois que la pratique espagnole était supérieure à sa théorie, et que Thibault lui-même était un excellent tireur. Cette école persista jusqu'à la fin du XVIII^e siècle ; depuis l'Espagne versa dans le maniement du couteau.

La médecine n'eut rien à voir avec cet art espagnol de la rapière, qui se perfectionna si peu, mais nous devons savoir gré aux Espagnols d'avoir ouvert la voie et d'avoir contribué à importer l'art des armes chez nous, et surtout de l'avoir fait connaître à l'Italie.

Là aussi, l'histoire nous l'apprend, l'exercice de la rapière s'établit à l'époque de la Renaissance dès le début du XVI^e siècle, et y acquit rapidement un grand degré de perfectionnement ; des écoles nombreuses se fondè-

rent dont les principales furent à Naples, Venise et Bologne, avec des maîtres qui s'appelèrent Marozzo, Grassi, Viggiani, tous auteurs d'ouvrages apportant chacun un perfectionnement, soit à l'attitude du corps, soit aux attaques ou aux parades, et marquant un progrès. Leurs élèves venaient de toute l'Europe, d'Angleterre, d'Espagne, d'Allemagne, et surtout de la France, comme nous l'apprend Montaigne : « Indiscrète nation ! Nous ne nous contentons pas de faire savoir nos vices et folies au monde par réputation, nous allons aux nations étrangères pour les leur faire voir en présence. Mettez trois français aux déserts de Lybie, ils ne seront pas un mois ensemble sans se harceler et s'égratigner. »

Ces derniers dont le tempérament duelliste se révélait déjà, allaient chercher en Italie quelque fameuse botte secrète, achetée bien cher et qui devait mettre à mort le rival. Avec le peu de perfectionnement qu'avait encore la rapière, la prédilection de la taille sur la pointe dont l'usage était méconnu, il y avait souvent moyen de porter à un ennemi des coups nouveaux, inconnus pour lui, tel par exemple, le fameux coup de taille au jarret porté par Jarnac à la Chastaigneraie. Aujourd'hui chercher de tels coups serait une chimère, et dès cette époque, il arriva plus d'une fois qu'une botte secrète de confiance coûta la vie à celui qui la risquait. La botte secrète et la parade universelle sont les deux chimères de la science des armes, comme le mouvement perpétuel l'est pour la physique. En 100 ans, dès le début du XVII^e siècle le maniement de la rapière avait atteint sa perfection, si on ajoute aux travaux du

XVI^e siècle, les progrès réalisés par Giganti, Capo Ferro Fabris au commencement du XVII^e siècle. L'école italienne jouit dès lors de toute sa perfection et pendant tout le XVII^e et le XVIII^e siècle elle resta stationnaire, appliquant tous les principes trouvés, vivant sur sa réputation acquise. Aujourd'hui encore le jeu de l'épée de l'Ecole Napolitaine ressemble beaucoup à cet ancien jeu de la rapière.

Il semblerait que le jeu des armes, lorsqu'il s'est trouvé reporté sur le sol romain, ait trouvé là un terrain tout préparé pour prendre un essor rapide. Ne pourrait-on pas dire que les Italiens de la Renaissance, se rappelèrent qu'autrefois les Romains, comme du reste les Grecs, tous ces hommes forts, bien musclés, bien proportionnés, d'une harmonie de formes sculpturale, avaient acquis une grande réputation en escrime, et voulurent relever de suite un art en quelque sorte national ?

Une telle idée serait téméraire, car comme le dit Darnet, dans son *Art des armes*, paru en 1766 : « Croire que ces mêmes principes soient parvenus jusqu'à nous, ce serait s'abuser. A peine mettons-nous strictement en pratique aujourd'hui une seule des règles qui nous ont été dictées et enseignées il y a deux cents ans par les Maîtres français ». Du reste l'escrime des Romains portait sur la lance, le javelot, le glaive, en vue de la guerre. C'est par ces exercices qu'ils formaient des légions invincibles, ou des gladiateurs d'airain. Les médecins grecs ou romains, Hippocrate, Galien, Hiérodicus, n'avaient rien à voir avec ces exercices dont le but était

d'arriver à détruire les ennemis de la République, et non à guérir les Grecs et Romains de leurs difformités ou maladies. La gymnastique répondait à ces besoins et concentrait l'attention des médecins d'alors qui nous ont laissé de nombreux ouvrages sur cette partie de l'hygiène. Un seul exercice de l'escrime romaine mérite d'être rappelé, car il a quelque analogie avec ce que nous appelons aujourd'hui l'exercice des contres ; les Romains appelaient cela exercice du pel ou du pieu. Pour ce faire, le soldat enfonçait en terre solidement un long pieu, qui figurait l'ennemi, et contre lequel il tentait avec des armes en bois, trois fois plus lourdes que les armes de guerre, des attaques dans toutes les lignes, en ayant soin de se préserver des attaques hypothétiques de son pieu avec son bouclier. Il serait bien hasardeux de voir dans ce trait d'histoire l'idée qui inspira à Michel Cervantès la scène de l'escrime de don Quichotte, contre les moulins à vent. Quoi qu'il en soit, une fois la rapière implantée sur le sol italien, elle y fit des progrès rapides.

En 1536, Marozzo, né à Bologne, chef de l'école de Venise, publie le plus ancien ouvrage qui nous soit parvenu sur l'escrime. Il ne connaissait que les coups de taille et ne se servait de la pointe que par hasard. On visait dans ce cas la figure, l'œil de préférence. La prédilection des coups de pointe pour la figure s'expliquait par l'habitude où l'on était de porter une cotte de mailles.

La fente n'était pas connue, le principe de la mise en garde était au contraire l'opposé de celui du dévelop-

pement actuel dans lequel le pied droit est beaucoup en avant du gauche. A cette époque on avançait le pied gauche d'abord, la rapière étant tenue de la main droite, pour faire des passes ou attaques de côté, en déplaçant le corps, ce qui servait aussi à éviter certains coups. On attaquait l'adversaire, le corps penché en avant pour gagner du terrain, on se servait aussi de voltes ou effacements du corps en tournant à droite ou à gauche pour atteindre plus facilement l'adversaire ou éviter son fer. Deux traits dominant déjà dans cette tactique et resteront toujours à l'École italienne même moderne : le corps bouge beaucoup soit pour attaquer, soit pour fuir l'attaque ; il avance, recule, se déploie latéralement, pivote sur lui-même, se relève, s'efface presque jusqu'à terre ; l'arme au contraire, ou plutôt le poignet, bougent relativement peu et cherchent surtout à prendre des coups de temps, c'est-à-dire à parer peu, à ne pas riposter par suite après une parade, mais à fermer toujours la ligne à l'adversaire, à lui faire toujours opposition en ayant la rapière ou la longue épée en dedans de celle de l'adversaire, de façon à tirer droit et rapidement. Cette tactique est imposée par le poids de l'arme italienne, qui ne saurait avoir l'agilité de notre léger fleuret, à qui la main d'un tireur habile semble presque donner des ailes.

Notre jeu français a pour principe au contraire le peu de déplacement du corps, qui se contente d'avancer ou de reculer à petits pas, et la mobilité extrême du poignet, et par suite du fleuret, qui attaque, après des feintes et des battements multiples, et cherche le plus

souvent à parer, c'est-à-dire à heurter le fer qui attaque, pour riposter aussitôt avec la rapidité de l'éclair. L'idée de parer nous appartient bien en propre ; pendant bien longtemps on ne s'occupait que de porter un coup terrible à l'adversaire et non de se défendre. Nous venons de voir que le jeu de la rapière s'est toujours senti de l'instinct d'attaquer sans parer. En 1568 paraît un ouvrage qui contient beaucoup d'idées nouvelles et avancées. Il n'est pas dû à un maître d'armes, il ne subit pas la pression de l'école, et a par suite des vues plus originales. L'auteur est l'architecte et ingénieur Agrippa de Milan, ami de Michel Ange. C'est à lui qu'on doit l'érection de l'obélisque qui orne la Piazza de san Pietro. Agrippa démontra la supériorité des coups de pointe sur ceux de taille qu'il exclut presque, mais ne dirigeant toutefois l'estocade que vers le visage.

On trouve chez lui la première idée de la mise en garde le pied droit en avant du gauche, mais la fente lui resta inconnue.

En 1570, Grassi proclama hautement la supériorité de la pointe sur la taille. Son ouvrage a inspiré celui de Henry de Saint-Didier (1573) dont nous parlons plus loin. C'est le premier qui recommande l'attouchement de la lame, il paraît donc avoir compris le premier le parti qu'on pourrait tirer de la sensation du fer, laquelle sensation devait développer le sentiment du fer, qui chez les tireurs peut suppléer à la vue du fleuret adverse. A la même époque, Viggiani perfectionne la notion de la supériorité de la pointe. Il appelle garde étroite, une garde qui amène la pointe dans la ligne de l'adversaire.

Il fait porter à la poitrine l'estocade qui ne s'adressait qu'au visage, et établit une classification des nombreux coups piquants que l'on peut porter.

En même temps il pousse plus loin l'idée d'Agrippa sur la fente. Il veut que le pied droit soit toujours à 30 pouces en avant du pied gauche, et que cette distance soit constamment observée. Sa botte favorite, qu'il appelle *punta sopramano*, contient l'idée première du développement : « Quand vous voudrez, dit-il, porter une punta sopramano, faites que le pied droit avance d'un grand pas, et laissez immédiatement tomber votre bras gauche ; que l'épaule droite pousse en même temps le bras en avant, inclinant légèrement la pointe de haut en bas, et visant en même temps la poitrine sans tourner la main. Poussez votre pointe aussi loin que possible ». Le traité de Fabris, à la fin du XVI^e siècle, résume complètement l'art italien, qui va se transformer au début du siècle suivant.

Les ouvrages de Nicoletto Giganti en 1600, de Capo Ferro en 1610, traduisent ces transformations de principes primitifs en principes définitifs. Ces maîtres achèvent de créer le développement, et de porter l'art de la rapière à son apogée. L'art des armes n'était pas pour cela limité dans son développement. Il appartenait à la France, où les maîtres italiens avaient apporté le jeu de la rapière, de le transformer, de lui donner une expression nouvelle, de créer une école nationale, dont le jeu, bien que plus meurtrier que celui de la rapière, ferait néanmoins verser moins de sang, serait plus digne d'une nation civilisée, et accomplirait ce prodige de faire ser-

vir un art de destruction et de mort, à la distraction de l'esprit, au repos de l'intelligence, au développement des forces physiques de l'organisme, à l'harmonie des forces humaines, et qui plus est à la guérison de vices de conformation et de vices de nutrition de l'organisme malade.

Qui n'a vu, dépeints dans nos chansons de gestes, des jongleurs et danseurs d'épée qui enflamment le courage des compagnons de Charlemagne et de Roland, en jonglant de leurs épées devant l'armée pendant la marche ou au moment du combat ?

Jusqu'au milieu du XVI^e siècle, les jongleurs et danseurs d'épée furent nos premiers maîtres d'armes. Ils enseignaient aux manants et roturiers à se servir de leurs épées pour se défendre ou vider leurs querelles, tandis que les Seigneurs et Chevaliers bardés de fer, ainsi que leurs coursiers, se heurtaient dans les tournois, la lance en main, dédaignant l'adresse pour la force, et cherchant à frapper fort, et à bien endurer pour avoir la victoire. C'est encore l'époque où Montaigne écrivait : « L'honneur des combats réside dans le courage et non dans la science des armes », et l'illustre écrivain semble applaudir à la noblesse du temps de son enfance qui « fuyait la réputation de bon escrimeur et se dérobaient pour l'apprendre, comme métier de subtilité dérogeant à la vraie et naïve vertu ».

Mais un jour vint où les armes à feu eurent raison des cuirasses ; les dernières disparurent peu après la Renaissance, avec le dernier tournoi sous Henri II. Avant même cette date la noblesse était descendue de

cheval pour paraître à la cour de François I^{er} dans un costume élégant, en rapport avec l'esprit de la Renaissance, et l'épée était entrée dans le costume des gentils-hommes. Elle devait, en se modifiant bien des fois, y rester jusqu'à l'époque de la Révolution, où les encyclopédistes, entre autres J.-J. Rousseau, à force de crier bien haut qu'il était ridicule de pénétrer partout, même dans les lieux de fête et de plaisir, avec un instrument de mort au côté, la firent proscrire du costume, si bien que les militaires eux-mêmes ne paraissaient plus dans les salons qu'en habit bourgeois. L'épée devenait donc par son entrée dans le costume de la noblesse une arme des plus aristocratiques, et son art ne pouvait manquer de l'être aussi et de s'imposer, car comment un gentilhomme pouvait-il porter l'épée partout et toujours, sans apprendre à s'en servir, et sans la tirer du fourreau pour la défense ou la vengeance bien des fois dans sa vie ? L'art de l'épée allait donc faire partie intégrante de l'éducation de la noblesse, et les premières leçons d'épée furent données à cette noblesse par les maîtres des manants et bourgeois, jongleurs et danseurs d'épée, maniant la lourde épée à deux mains et ignorants des finesses de la rapière qui depuis le commencement du siècle florissait en Italie. C'est à l'art de ces premiers maîtres que fait allusion Rabelais quand il dit de Frère Jean dans son *Gargantua* : « Il choqua donc si roide-ment sur eux, sans dire gare, qu'il les renversait comme porcs, frappant à tors et à travers à la vieille escrime ».

L'expression dont se sert Rabelais « frappant à tors et à travers » caractérise bien l'art ignorant de ces ma-

nieurs de l'épée massive. Les premiers maîtres de l'art savant de la rapière nous vinrent d'Italie. Brantôme raconte qu'en 1547, un professeur italien nommé Caize ou Caizo prépara de Jarnac à son fameux duel contre la Chasteigneraie, oncle du dit Brantôme. Aucun document ne permet d'affirmer l'existence permanente de maîtres italiens ou espagnols chez nous avant cette époque. Charles IX avait pour maître un Italien, nommé Pompée ; Sylvie était professeur de son frère le duc d'Anjou, qui devint plus tard roi de France et de Pologne et qui était réputé une des plus fortes lames du royaume. Brantôme raconte que dans un tournoi les deux souverains descendirent dans la lice pour croiser le fer : Charles IX avec Pompée et le duc d'Anjou avec Sylvie.

C'est sous Charles IX, c'est-à-dire pendant la seconde moitié du XVI^e siècle que l'on voit les maîtres italiens accourir en nombre à Paris, y ouvrir de nombreuses écoles, et toute la cour, toute la noblesse être prises d'un mouvement général d'émulation pour l'exercice des armes, s'exerçant dans les salles basses et même dans les cours du Louvre, et pratiquant avec une cruauté et un mépris de la vie inouïs, dans les rues, sur les places publiques, le jour à la clarté du soleil, ou la nuit à la lueur des réverbères, seul à seul ou trois, quatre, six contre six, pour les motifs les plus futiles, les plus redoutables coups de rapière et de dague appris auprès de ces maîtres, jusqu'à la mort des adversaires.

Les principaux maîtres fondèrent, en 1567 la première en date de toutes les académies, celle des maîtres d'ar-

mes. C'est de cette date que l'on peut vraiment faire partir l'origine de l'Ecole française d'escrime, bien qu'au début, et même jusqu'à Louis XIV, bien des maîtres italiens installés à Paris aient dû faire partie de cette académie.

Ainsi l'art de la rapière fleurit en France dès 1567, et ce n'est que deux cents ans après, en 1780, que nous voyons un ouvrage médical nous apprendre qu'on peut tirer un parti thérapeutique d'un procédé qui dérive des instincts de lutte et de destruction de l'homme, que des hommes ont perfectionné pour qu'il tuât plus sûrement, puis aussi pour qu'il servît de sauvegarde, et qui enfin a pu s'élever à la hauteur d'un art non dangereux, et même utile à l'économie humaine.

La médecine est bien tard venue dans l'art des armes, mais quel parti vraiment utile aurait-elle pu en tirer avant la seconde moitié du XVIII^e siècle ?

Comment un malade sous Charles IX, Henri III et Henri IV, pendant la seconde moitié du XVI^e siècle, aurait-il pu, dans un but thérapeutique, suivre les exercices qui se pratiquaient dans les salles d'armes, et en obtenir une amélioration de sa santé ?

Bien au contraire sa vie s'y serait trouvée exposée, et il n'eût probablement pas tardé pour le plus futile motif à être entraîné par tous les duellistes enragés qui fréquentaient alors les salles d'armes, gentilshommes, courtisans, officiers, soit comme témoin actif, soit pour son propre compte dans un duel à mort, aussi féroce que l'époque elle-même, où les esprits étaient aigris par les dissentiments des guerres civiles de religion, et où

l'on pratiquait le plus grand mépris de la vie humaine, époque barbare où le sentiment de la pitié n'existait pas, et où la dague dans la main gauche, et la rapière dans la droite, la plus grande préoccupation des combattants était de désarmer l'adversaire, puis de l'assassiner. Le saisissement d'épée et le désarmement étaient des coups très étudiés et très recherchés. Si l'un des adversaires laissait échapper son épée, tous deux s'élançaient pour la ressaisir ; si celui qui était encore armé arrivait le premier au but, il mettait le pied sur le fer de son antagoniste et le frappait sans pitié.

Il était reçu aussi que dans les luttes auxquelles plusieurs duellistes se livraient ensemble, celui qui s'était débarrassé de son ennemi pouvait se rabattre sur son voisin adverse, occupé à se défendre et le tuer par surprise. Qui ne connaît les péripéties du duel des Mignons, qui eut lieu près de l'église St-Paul le 27 avril 1598 sous Henri III, entre six adversaires dont un seul survécut ?

On aurait mis entre les mains de ces gens, venus là pour faire de l'orthopédie, de longues rapières mousses qui représentaient les fleurets de l'époque, en prenant le terme de fleuret dans le sens de l'arme mouchetée, qui sert à apprendre à se servir de l'arme vulnérante. Disons tout de suite que chez nous on désigne la rapière espagnole ou italienne sous le nom tout simple d'espée ; le terme de rapière ayant chez nous un sens comique, et même défavorable, éveillant l'idée d'une arme d'une longueur démesurée, arme de bravache.

Comme protection, on aurait revêtu ces malades d'une chemise de mailles ou d'un plastron, et d'un pourpoint

rembourré ; on leur aurait mis aux mains deux gantelets de maille ou de peau de buffle pour qu'ils pussent essayer le désarmement sans se blesser ; on aurait recommandé à leurs adversaires de tirer lentement, de façon à ne pas toucher en dehors du pourpoint rembourré. Mais le patient ne s'en serait pas tiré, s'il avait fréquenté assidûment la salle d'armes, sans quelques dents de moins, des blessures de cuisses, ou même un œil de moins, la tête et les membres inférieurs restant sans protection. L'enseignement était celui de la compagnie des maîtres d'armes, érigée en Académie par privilège du roi Charles IX en 1567, et placée sous l'égide de saint Michel, patron de l'escrime.

Henri III et Henri IV comblèrent cette académie de privilèges.

Ce fut sous Louis XIV qu'elle arriva à l'apogée de ses prérogatives. Mais la Révolution la supprima en même temps que les jurandes et maîtrises. Jusqu'en 1644, pour y entrer, l'aspirant devait faire épreuve de l'épée seule, de l'épée et du poignard, de la hallebarde et du bâton à deux bouts, après deux ans d'études.

Dans cette seconde moitié du XVI^e siècle elle contenait beaucoup de maîtres italiens, dont l'enseignement était adopté. Mais cette compagnie des plus forts maîtres, se transmettant les traditions en les améliorant de génération en génération, auteurs eux-mêmes de traités fixant à chaque époque les perfectionnements acquis, profitant aussi, pour créer le côté théorique de l'art, de l'expérimentation pratique perpétuelle que faisaient de ces principes les innombrables duellistes du XVI^e et

XVII^e siècle, devait dès le début du XVII^e siècle se dégager de l'influence italienne, et transformer progressivement la rapière au point qu'à la seconde moitié du XVIII^e siècle notre fleuret, et son art désormais moderne, devaient acquérir, entre les mains du chevalier de St-Georges, élève de la Boëssière, sa plus grande perfection de maniement.

Mais notre malade de la fin du XVI^e siècle aurait été bien loin de jouir d'un art aussi perfectionné. C'est au jeu de taille de la rapière italienne qu'on l'aurait exercé. Le jeu de pointe, bien que déjà en usage en Italie, n'était pas encore connu chez nous; il ne le fut qu'à la fin du siècle, 20 ans après son adoption au delà des Alpes, et ce fut sous Henri IV que dans les batailles on vit l'armée substituer l'estocade à la taille. Ce patient aurait donc été soumis à la garde italienne, avec toutes ses variantes, ses grands mouvements du corps et de la pointe, et aux parades qu'il fallait y opposer. Puis quand il serait arrivé à une certaine force, on l'aurait formé au maniement de l'épée avec la dague, puis de l'épée seule contre l'épée et la dague réunies.

Venaient ensuite la garde de l'épée et du manteau contre l'épée et la lanterne; l'attaque de celle-ci par l'épée et le manteau; l'usage de la main gauche comme parade, les saisissements d'épée avec cette main, et le désarmement; puis encore la garde espagnole, qui consistait à porter à la tête un coup d'estramaçon et à tirer aussitôt un coup de pointe entre la gorge et les yeux.

Le traité contenant les secrets sur l'épée, etc., fait

par Henry de Saint-Didier en 1573 et dédié à Charles IX contient tous ces principes. C'est le premier ouvrage français qui ait paru sur l'escrime. Mais il ne contient que des principes de l'Ecole italienne de Marozzo, Agrippa et Grassi, que l'auteur avait eu la facilité d'étudier, étant gentilhomme provençal, et qu'il s'appropriait, les exposant sans en indiquer l'origine.

Pour les curieux, disons qu'avant Saint-Didier avait paru en 1533, le traité *De la noble science des joueurs d'épée*, par un anonyme. On ne doit pas en tenir compte dans l'histoire des armes, car cet ouvrage ne parle pas du jeu de la rapière, mais seulement de la lutte avec le braquemart, petite épée, à double tranchant, en usage en Allemagne dès le XIV^e siècle, et dont le monopole de l'enseignement pour toute l'Allemagne, était entre les mains de l'association des Marxbruder, siégeant à Francfort-sur-le-Mein. Le croc-en-jambe et une foule de ruses aussi grossières représentent tout l'art contenu dans ce livre.

L'art des armes de la fin du XVI^e siècle avait donc à s'adoucir, se civiliser, à augmenter ses ressources et ses mouvements avant de pouvoir être susceptible d'attirer l'attention des médecins comme exercice à conseiller à leurs malades.

La première moitié du XVII^e siècle, c'est-à-dire le règne de Louis XIII, fut consacrée à cette transformation, ainsi qu'en témoignent les améliorations indiquées dans *L'exercice des armes ou le maniement du fleuret*, de du Coudray (Jean-Baptiste Le Perche) imprimé à Paris en 1635. Du Coudray était

l'élève du grand Pater, le fameux maître d'armes de l'époque. Ce fut le premier des traités publiés par les maîtres de l'Académie royale d'armes. Non seulement on y trouvait tous les progrès apportés à la science de la rapière en Italie; entre autres la suprématie de la pointe, le développement, mais nous y avons apporté des modifications, qui en faisaient un art franco-italien. Notre épée était devenue plus courte et plus légère que celle des Napolitains, la dague avait été complètement abandonnée, enfin le premier fleuret avait fait son apparition.

C'était une lame carrée, peu souple, plus longue et plus lourde que celles dont nous nous servons maintenant, et terminée par un bouton, bouton de fleur, en italien florette, d'où l'origine probable du terme de fleuret, créé pour cet instrument d'exercice de l'épée, car il n'était considéré que comme tel, et non comme arme possible de combat. Après l'abandon des coups de taille, on avait, tout en allégeant les lames, conservé leur double tranchant, sous prétexte qu'une telle lame avait une force de pénétration plus grande, et empêchait la main gauche de l'adversaire de s'emparer de l'arme de son rival. L'expérience, mieux établie, le désir, le besoin qu'imposait la tendance de nos principes à avoir des armes aussi légères que possible, pour multiplier les parades, les feintes, les mouvements des doigts donnèrent naissance à la lame fine du fleuret, qui se trouve par la finesse de sa pointe, sa légèreté, l'agilité qu'on peut lui donner, être une arme blanche dont les blessures sont plus profondes, plus dangereuses que celles de l'épée

elle-même ; aussi de nos jours le duel au fleuret démou-cheté n'est-il pas admis. Il faut dire que le fleuret trouvé sous la fin du règne de Louis XIII n'avait pas toutes ces qualités. Sa garde était défectueuse, c'était une garde non à lunette, mais formant couronne autour du talon de la lame, cette garde était lourde, on tenait la poignée comme aujourd'hui, le pouce sur le dos de la poignée et les autres doigts en dessous. Le fleuret italien différait totalement du nôtre ; c'était une tige rigide, carrée, aussi longue qu'une rapière, mais moins pesante, ayant une garde à quillons, et se tenant, la paume de la main correspondant au dos de la poignée, le pouce et l'index passaient sur les quillons ou branches transversales, de sorte que la position naturelle de la main pour l'engagement et le doigté se trouvaient en tierce, c'est-à-dire les ongles tournés vers le sol. Ce n'est que dans la seconde moitié du XVIII^e siècle, au temps de la Boëssière et de Danet, que nous voyons le fleuret être moderne, avoir la garde à lunette légère.

Les figures du *Traité* de Labat reproduisent le fleuret Louis XIII, et celles de l'*Art des armes* de Danet le fleuret moderne. Un troisième ouvrage, appartenant comme les deux précédents à la seconde moitié du XVII^e siècle, celui du sieur de Liancourt, contient des figures où les personnages dans un fond de gravure de campagne, de mer, de combat naval, ou d'attaque de forteresse luttent avec l'épée triangulaire dite carrelet. Car cet abandon du tranchant pour l'exercice amena forcément sous Louis XIV la suppression de tout ce qui rappelait la dague et la création de l'épée pointue, triangulaire

à cannelures pour diminuer le poids de l'arme. Sa longueur même était si réduite que les auteurs que nous allons voir ajoutent un adjectif au mot épée et parlent continuellement de « l'escrime à la courte espée ». Le fleuret fut fait de diverses longueurs pendant la seconde moitié du XVII^e siècle et un des maîtres voulait que le fleuret du maître fût plus long que celui de l'élève pour obliger ce dernier à mieux s'exercer aux parades, afin d'éviter les coups de temps, c'est-à-dire les coups d'arrêt. Ce même auteur voulait en même temps pour le maître un fleuret plus léger que celui de l'élève, afin qu'étant obligé par sa profession de manœuvrer son fleuret toute la journée, le maître eût le poignet moins fatigué que s'il avait eu un instrument plus pesant.

Le jeu de la rapière allait donc disparaître pour s'adapter au jeu supérieur de l'arme blanche, reine de toutes les autres, le fleuret. Ce petit instrument si simple, si léger, si inoffensif quand un bouton orne sa pointe, comme un bouton de fleur qui termine une mince tige d'arbuste, et si dangereux quand il vous menace de sa pointe acérée, appartenait en propre à notre école française, il allait nous donner notre jeu de l'épée, et offrir aux médecins soucieux d'être utiles à certains malades des ressources que le jeu de la rapière n'avait jamais pu leur donner.

Cependant à la fin du règne de Louis XIII, à côté de l'école franco-italienne, que représente notre Académie d'armes, on rencontre encore des écoles italiennes, et quelques écoles espagnoles dont nous avons déjà indiqué le caractère, et qui jouirent d'une faveur passagère,

alors que nos relations avec l'Espagne, et le *Cid* de Corneille créaient chez nous un mouvement d'engouement pour ce pays.

Notre réputation dans les armes brille déjà dans toute l'Europe, nous n'allons plus à l'étranger, ce sont les Anglais, les Allemands, les Espagnols qui viennent chez nous puiser la science des armes.

Cette marche en avant vers le progrès coïncide, et cela est constant dans l'histoire des armes blanches, avec non pas l'abolition, mais la diminution du nombre, et surtout de la férocité des duels. Les édits et les exécutions inflexibles de Richelieu enrayèrent le duel sans le supprimer puisqu'on se battait encore souvent entre gens qui portaient l'épée, sous Louis XIII, Louis XIV et les deux derniers rois. Mais on en arrivait à ne donner du fer dans le corps de l'adversaire que ce qu'on voulait. Les témoins d'actifs étaient devenus passifs, et Louis XIV avait institué un tribunal du point d'honneur dont les juges étaient choisis parmi les maréchaux de France. Si avant de comparaître devant ce tribunal, on craignait, vu l'animosité des parties, qu'elles en vinssent aux mains, les maréchaux leur envoyaient des archers des gardes de la Connétablie et Maréchaussée de France pour se tenir auprès d'eux à leurs frais et dépens et les empêcher d'en venir à l'épée avant la décision du Tribunal d'honneur. En même temps l'Académie des maîtres d'armes voyait s'accroître son importance et ses prérogatives.

En 1643, Louis XIII lui accordait de nouvelles lettres-patentes, pour fixer à 4 années au lieu de 2 l'exercice

des aspirants à l'académie, et conserver en outre les maîtres dans « la bonne estime et perfection auxquelles l'exécution et observation des statuts et règlements l'ont fait parvenir ».

Les aspirants pour devenir maîtres luttaient comme précédemment avec l'épée seule, et l'épée et le poignard, de plus il y avait une épreuve avec l'espadaon ou sabre ; l'exercice de la hallebarde et du bâton n'était plus obligatoire ; mais les candidats le maintenaient quand même. Ils étaient renvoyés à l'école s'ils étaient battus dans ce chef-d'œuvre de deux bottes franches à l'épée seule par les deux premiers des six maîtres qui les expérimentaient en public.

Un petit détail, qui n'est pas dans nos habitudes : les veuves perdirent le droit de faire exercer et enseigner les armes sous leur nom après la mort de leur mari.

Louis XIV fit expédier en 1656, en faveur de la compagnie des maîtres de Paris, fixée au nombre de 20, au lieu de 26, d'autres lettres-patentes par lesquelles, il accordait aux six plus anciens maîtres, après vingt ans d'exercice, à l'instar de certains militaires, des lettres de noblesse transmissibles à leurs descendants.

Le Monarque attribuait encore à chaque membre de la compagnie, la liberté d'avoir chez lui des gentilshommes, soit français, soit nationaux, pour leur enseigner l'exercice des armes, et en outre le droit de commettre et établir dans les villes du Royaume ceux de leurs prévôts qui auront achevé le temps de leur école.

Ces distinctions leur donnaient, par une suite nécessaire, la faculté d'avoir leurs causes commises au tribu-

nal de Messieurs les Maréchaux de France pour les actions personnelles sur le fait des armes et le point d'honneur. Les armes de noblesse octroyées aux nobles maîtres furent : une plaque avec deux épées en sautoir sur fond d'azur et quatre fleurs de lys surmontées d'un casque. Chacun des membres de l'académie avait droit à une place réservée dans les théâtres royaux ; de plus le privilège de suivre les chasses de la cour, et de faire revêtir à ses gens la livrée du roi. Ils avaient seuls (ces vingt maîtres) le droit de mettre pour enseigne à la porte de leurs salles d'armes le bras armé d'une épée, qu'en langue héraldique on nomme dextrochère. L'épreuve de maître consistait dans le tir au fleuret puis à l'épée avec poignard. Si le candidat était touché 3 fois de suite, il était renvoyé à un autre examen dans un délai fixé. Les exercices du sabre et de la hallebarde, et du bâton avaient donc disparu du chef-d'œuvre qu'il fallait pour devenir maître. Le fleuret faisait son apparition dans ce chef-d'œuvre. C'est par un souvenir du vieux temps que l'on demandait à l'aspirant un assaut à l'épée avec poignard. Mais depuis c'est le fleuret seul qui indique la force d'un maître, car c'est lui la pierre de touche des armes de main.

Le dernier syndic-garde des ordres de la Compagnie des maîtres en fait d'armes, des Académies du Roi en la ville et faubourgs de Paris, Augustin Rousseau, dont le père et le grand-père avaient appris l'escrime à Louis XV et à Louis XVI, fut guillotiné en 1793. La révolution en supprimant les jurandes et maîtrises avait supprimé cette académie, la première née et la première disparue de toutes nos académies.

Nous venons de toucher du doigt à bien des perfectionnements qui appartiennent à la seconde moitié du XVII^e siècle. Notre école sous Louis XIV est tout à fait dégagée de l'influence italienne. Elle adopte sa première expression, celle qui se maintient jusqu'à la seconde moitié du XVIII^e siècle, époque où tout d'un coup elle fait un bond qui la porte presque à la perfection.

Par leurs traités, leur enseignement, leur pratique, Besnard, de la Touche, Le Perche, le sieur de Liancourt, maîtres de l'Académie d'armes de Paris, et Labat de Toulouse, sont les pères de cet art du règne de Louis XIV. Cet art n'a plus rien de barbare, il est policé, courtois, élégant.

Le petit maître arrive poudré, pimpant ; il fait le salut, tire avec grâce, calcul, prudence, pour ne pas blesser son partner et s'en va sans avoir dérangé son jabot de dentelle.

Un malade peut toucher sans effroi un fleuret qui se présente avec des dehors si pacifiques.

Voici ce que nous devons aux auteurs ci-dessus cités : Charles Besnard fait paraître en 1653 sa *Théorie de l'art et pratique de l'épée seule ou du fleuret*. Il recommande de bien parer d'abord pour riposter ensuite (cela en 2 temps), il indique la reprise, fait le salut « ou » révérence. Il condamne l'usage de la main gauche. On se sert encore de l'épée à 2 tranchants, mais il n'y a plus de coups de taille. C'est le premier ouvrage où le fleuret soit étudié et mentionné. Il définit la « reprise » qui consiste à toucher par une attaque qui a été parée sans riposte.

Le livre de Philibert de La Touche date de 1690. Il aurait pu retarder le progrès en recommandant un développement vicieux, employé déjà en Italie. D'après La Touche il fallait pour certains coups se fendre et pencher le corps sur la cuisse droite au point d'être obligé de maintenir l'équilibre avec la main gauche appuyée sur le sol. Le danger de cette fente est de rendre le relèvement impossible.

Le traité de Liancourt, 1686, a eu une vogue énorme, méritée du reste. Il a su élaguer tout ce qu'il y avait de faux dans les théories de ses prédécesseurs.

Celui de Labat (1696) a eu une importance plus grande. Les Labat furent une famille de maîtres qui exercèrent à Toulouse, de la fin du XVI^e siècle au milieu du XVIII^e siècle. Les principes de l'auteur du Traité sont ceux de Danet, c'est-à-dire sont modernes, si on retranche les restes du jeu de la rapière qui a encore influé sur Labat, tels que : parade de la main gauche, passes, voltes, affaïssement, désarmement.

La réception de la Boëssière comme maître d'armes des Académies du roi en 1759, après un assaut contre trois des professeurs les plus en réputation alors, MM. Vaucours, Delasalle et Donadieu, au début par conséquent de la seconde moitié du XVIII^e siècle, ouvre une période nouvelle de l'histoire des armes, l'ère moderne, ère de perfection. Il avait fallu pour en arriver là deux cents ans de pratique du duel et d'enseignement des maîtres italiens, et des maîtres de notre Académie.

Alors seulement l'exercice du fleuret avait chance de

répondre aux exigences de l'hygiène, et le jeu du fleuret devient le but de l'escrime. Jusqu'ici le fleuret moucheté comptait comme une épée. On n'aurait fait avec lui aucun jeu qui n'eût pu s'appliquer au duel. On fit dès lors avec le fleuret un jeu qui a quelque chose d'artificiel, qui ne serait pas applicable sur le terrain, mais qui permet de donner au corps et à la main une agilité inconnue jusque-là et à faire du jeu du fleuret le plus captivant des exercices. Qui peut le plus, peut le moins, et pour un tireur habile au fleuret, le jeu des autres armes blanches devenait d'une grande simplicité, en même temps qu'il se ressentait de la perfection apportée au maniement du fleuret. L'invention des masques à treillis par la Boëssière, qui néanmoins ne furent adoptés d'une façon courante et imposés qu'au début de notre siècle, après plusieurs accidents graves, enleva au jeu du fleuret tout ce qu'il pouvait garder de dangereux.

Nous ne nous étonnons plus si ce n'est qu'en 1780 que l'on voit pour la première fois un ouvrage médical consacrer quelques lignes aux avantages médicaux de l'escrime. Du reste depuis le D^r Tissot, nous ne rencontrons, comme en ayant parlé d'une façon un peu détaillée, que le D^r Lagrange dans ses ouvrages récents sur l'*Hygiène de l'exercice*. Mais cette absence du côté bibliographique de la question n'empêche pas que tous les médecins depuis un demi-siècle ont considéré l'escrime comme un précieux exercice, et l'ont conseillée avec succès à de nombreux malades.

Notre jeu français du fleuret et notre jeu de l'épée, bien que jusqu'à la fin du XVIII^e siècle il y eût encore

chez nous quelques écoles italiennes, qui du reste ont subi notre influence, est désormais créé, son histoire se simplifie, et nos maîtres vont enseigner cet art en Angleterre, en Allemagne, jusqu'en Russie, un petit nombre va en Italie et en Espagne.

La Boëssière forma dans sa salle les plus fameux tireurs de la fin du XVIII^e siècle, et le plus fort de tous les tireurs qui ont existé jusqu'à présent, le fameux chevalier de S^t-Georges, qui a poussé au suprême degré l'art de se servir du fleuret. On comprendra sa force en sachant que jamais peut-être homme ne fut mieux doué pour les exercices physiques ; en tout : équitation, saut, natation, il faisait des prodiges d'adresse.

Danet, syndic de l'Académie, dont l'*Art des armes* publié en 1766 fait époque dans l'histoire du fleuret, s'efforça avec succès de fixer définitivement l'art qui était si près d'avoir dit son dernier mot. Son ouvrage, qui le plaçait à la tête de la nouvelle école, de celle qui détrônait les Le Perche, Besnard, Liancourt et Labat, lui suscita des polémiques telles qu'il dût donner sa démission de syndic. Les principes étaient admis par l'Académie, mais deux points étaient reprochés par elle à Danet : il ne s'était pas montré assez partisan du demi-contre, et il avait voulu modifier les dénominations admises pour les parades. Ces dénominations devenaient anormales, tout en ayant leur raison d'être dans l'édification lente, pas à pas, pour ainsi dire et les transformations de ces parades du jeu de la rapière pour le jeu de l'épée. La parade de prime par exemple, qui est dans l'attitude de l'épée sortant du fourreau, était celle faite le plus com-

munément et la première avec la rapière, tandis qu'aujourd'hui la prime est presque abandonnée, notre mise en garde est en quarte et en tierce, ou mieux en sixte, dans ces dernières années, tierce ayant été détrôné, Danet aurait voulu, sans y réussir, donner à nos parades définitives des noms nouveaux, en place des anciens, dont le sens est incompréhensible pour celui qui n'a pas suivi l'évolution, la transformation, l'embryogénie pour ainsi dire de chacun des coups, parades et attaques, depuis la rapière jusqu'à notre épée et à notre fleuret.

La révolution, révolutionna la vitalité, le milieu de l'escrime en supprimant la corporation des maîtres d'armes, le port de l'épée, la noblesse. L'escrime fut cultivée par les politiciens des assemblées nationales et constituante, que les luttes oratoires conduisaient sur le pré à la descente de la tribune, par les partisans de la Restauration qui cherchaient noise aux anciens tenants de l'Empire, et ce qui est plus glorieux pour elle, elle devint le passe-temps, l'exercice favori des intellectuels. A la salle d'armes se rencontrèrent dès lors, à côté des amateurs de combats, des littérateurs, des artistes, des savants. Aussi depuis le commencement du siècle notre école française a eu des pages brillantes et des noms célèbres. Citons les tireurs et maîtres tels que Lafaugère de Lyon, Laboëssière fils, et Passelier dit Gomard, chacun d'eux auteur d'un *Traité didactique*, le premier en 1818, le second en 1843, très estimés et qui complètent celui de Danet, et Jean-Louis de Montpellier. Qui-conque aura pratiqué même un peu cet exercice, à con-

dition d'avoir été à l'école d'un maître intelligent, et instruit dans son art, comprendra vite tous les avantages que peut donner au corps un jeu aussi mouvementé, aussi vif, tout en étant précis et calculé.

CHAPITRE III

Résultats physiologiques de l'escrime.

Le seul reproche sérieux que l'on ait fait à l'exercice de l'escrime, est celui de développer plus le côté de la main qui tient le fleuret, le droit d'ordinaire et le gauche par exception chez les gauchers, que le côté du bras qui fait balancier.

Il y a longtemps que cette critique a été faite. Dès le milieu du XVII^e siècle on la trouve notablement exagérée dans le portrait d'un maître d'armes, Kahn dit Kreussler, conservé à la bibliothèque de la ville d'Iéna. Ce Kreussler fut le chef de la famille de ce nom, qui pendant plusieurs générations jouit d'une grande réputation comme maître d'armes dans les Universités allemandes, par l'enseignement du jeu de la rapière aux étudiants. Le maître est représenté vêtu de noir, sur son pourpoint tranche un grand col blanc. Dans sa main droite gantée il tient la rapière. Son épaule, son bras, tout son côté droit forment contraste par leur volume avec le côté gauche. L'œil droit, lui-même qui, au dire des auteurs de l'époque, était « aussi brillant que celui du faucon » est plus grand, plus ouvert que le gauche.

Tous ceux des hygiénistes qui ont consacré quelques lignes à l'escrime, dans leurs traités, ne manquent pas de faire observer que cet exercice fortifie inégalement

les deux moitiés du corps, et recommandent de ne pas s'y livrer exclusivement de la main droite, mais de s'exercer quelquefois au fleuret du côté gauche. Ils recommandent aussi de ne pas mettre aux enfants le fleuret en main avant l'âge de 12 ou 13 ans, et d'interrompre ce sport pendant la croissance, de peur qu'il n'engendre chez les enfants de mauvaises attitudes.

M. le D^r Lagrange, dans ses ouvrages sur les exercices physiques, a résumé clairement le résultat d'observations faites par lui dans ce sens sur vingt tireurs exercés dont 8 maîtres et 3 gauchers, et présentées en janvier 1886 à la Société médicale de Limoges. Il a constaté que l'exercice des armes détermine chez les tireurs un léger degré d'inclinaison latérale de la colonne vertébrale vers le côté droit, avec abaissement de l'épaule droite, et aplatissement très léger de la moitié droite de la cage thoracique auquel correspond une voussure à gauche : « C'est un fait connu, dit-il, que les tailleurs doublent de ouate à droite les habits des escrimeurs ». Le D^r Lagrange ajoute que ces déformations sont légères, et passent inaperçues quand l'escrimeur est habillé. Il n'a pu s'en rendre compte que par un examen minutieux des sujets, et pour se convaincre de la réalité de l'abaissement de l'épaule droite par rapport à la gauche, il était obligé de faire poser le tireur qu'il examinait droit, le long d'un mur, et au moyen d'une règle affleurant le sommet de chaque acromion de projeter sur le mur la hauteur respective des deux épaules. Ce procédé trahissait un abaissement de l'épaule droite de quelques millimètres.

Les conclusions, basées sur des observations sérieuses, auxquelles arrive le D^r Lagrange, diminuent déjà de beaucoup l'importance qu'on avait attribuée aux déformations que l'escrime est susceptible de déterminer.

Il est hors de doute que les circonférences de la cuisse, du bras et de l'avant-bras sont mesurées par un chiffre plus élevé du côté qui manœuvre le fleuret que du côté opposé. Pour le membre supérieur, c'est facile à comprendre. L'avant-bras que prolonge la lame exécute constamment des mouvements de pronation et de supination, le bras des mouvements d'extension et de flexion, autrement actifs que le simple mouvement d'abaissement et d'élévation du membre supérieur du côté opposé au moment de la fente et du relèvement. Des mensurations chez dix tireurs ont montré que la circonférence de la cuisse droite, toujours chez le droitier, à sa partie moyenne, l'emporte de 2 à 3 centimètres sur la gauche. Les élèves un peu observateurs s'aperçoivent eux-mêmes qu'après quelques mois de fréquentation de la salle d'armes, leur cuisse droite est devenue plus grosse que la gauche. Ce fait surprend de prime abord ; on s'imagine que le membre inférieur gauche, qui donne à chaque fente une vive impulsion, qui s'étend ou mieux se détend brusquement pour porter le corps en avant, travaille plus que le droit. Mais ce dernier dans l'attitude de la fente, supporte le poids du corps qui se transmet en totalité à la cuisse droite, et l'on ne se relève que grâce à une énergique et rapide contraction du triceps crural droit. On conviendra que cet excès de vo-

lume des membres d'un côté sur ceux de l'autre moitié, est normal dans l'organisme, et ne nuit pas à l'attitude du corps. Chez tout individu le côté droit doit l'emporter sur le gauche, à moins qu'il ne soit gaucher.

Reste la question plus importante de l'attitude du tronc. Ne soyons pas plus exigeants pour l'escrime que pour les autres exercices. Nous ne protestons pas contre l'équitation, qui à la longue finit par donner de la voussure dorsale, et de l'atrophie testiculaire, ou au moins de l'impuissance ; contre le canotage, qui engendre aussi de la voussure dorsale, et contre la vélocipédie qui porte au maximum cette même attitude défectueuse. La gymnastique à appareils n'est pas non plus exempte de ce même défaut. Aussi pourrait-on bien ne pas trop reprocher à l'escrime une inclinaison latérale du rachis, un abaissement de l'épaule, un aplatissement costal si léger qu'il faut une observation minutieuse pour les déceler, et qu'il est si facile d'éviter, en faisant de temps en temps cet exercice de la main gauche. Rappelons à ce propos que c'est une pratique défectueuse de faire des haltères après l'escrime. D'abord l'haltère habitue à donner un coup d'épaule, ce qui est nuisible à l'assaut. En outre il est inutile d'en faire de la main droite qui vient de s'exercer au fleuret, et du côté gauche si l'on fait des haltères on arrivera à relever cette épaule au-dessus du niveau de la droite.

Il y a plus, ces déformations, qui ont été vues chez des tireurs, ne résultent-elles pas d'un écart contre les règles de la mise en garde et de la fente correctes, dues soit à un enseignement défectueux de la part du maître,

soit à une mauvaise habitude contractée par l'élève ?

Un certain nombre de tireurs se tiennent en garde très inclinés, pelotonnés sur le plan latéral droit dans l'espoir d'être plus près de l'adversaire, ou de lui offrir moins de prise, ou donnent un coup d'épaule au moment d'allonger le bras pour toucher. Rien d'étonnant à ce que chez ces tireurs qui ne sont pas tout à fait classiques on observe les petites déformations, signalées plus haut, et qui n'ont aucune importance, et même des déformations plus grandes. Le jeu de l'escrime, tel qu'il doit être compris, n'entraîne pas de déviation latérale du rachis, ni d'aplatissement du thorax, que le développement imposé aux poumons fait au contraire bomber, pas plus que d'abaissement de l'épaule.

Il n'y a pas un exercice qui puisse rivaliser avec l'escrime pour le développement harmonique, sculptural, si l'on peut parler ainsi des formes extérieures du corps. C'est ce qu'exprime très bien le Dr Tissot en 1780 dans sa *Gymnastique médicale*. « L'escrime, en donnant les positions nécessaires au corps pour le mettre en garde, lui donne en même temps cette attitude naturelle, ferme et majestueuse, qui convient au roi des animaux. Voyez ces maîtres d'armes, comme ils sont forts, vigoureux, bien découplés, agiles et nerveux : ils ressemblent pour ainsi dire à Hercule ». On peut donc éviter le très léger degré d'abaissement de l'épaule et de scoliose droite observés chez un certain nombre d'escrimeurs par une tenue absolument conforme aux principes de l'art, et le corriger s'il vient à se produire par l'exercice du côté opposé.

Il ne faut pas priver les enfants des grands avantages qu'ils peuvent retirer pour leur développement, de l'étude de l'escrime, par la crainte de compromettre chez eux la croissance rectiligne et de leur donner le vice d'attitude signalé. Tous les hygiénistes reconnaissent qu'à partir de 12 ou 13 ans on peut laisser les enfants faire de l'escrime, à condition qu'ils cessent aux périodes où on les croit en train de grandir.

Cette limite d'âge nous paraît un peu élevée. A dire vrai, dès l'âge où l'enfant a acquis assez de force pour marcher, courir, faire de la gymnastique, l'exercice de l'escrime pourra venir s'ajouter d'une façon très salubre pour lui à l'exercice de la gymnastique. Si l'on sait alors l'intéresser au fleuret, il se moulera plus facilement que l'adulte à l'attitude et aux mouvements des armes, et aura ainsi le maximum de chances pour devenir un excellent tireur.

Quant à la petite déviation de la taille, qui fait point noir aux yeux des hygiénistes, nous avons déjà dit qu'elle n'était pas une conséquence nécessaire de cet exercice, qu'on devait l'éviter, et tout le monde reconnaît que ses conséquences sont minimales. Nous connaissons trois enfants qui ont commencé les armes à 4 ans, nous les avons examinés avec soin et n'avons constaté qu'un développement osseux et musculaire parfait, sans la moindre déviation.

Mais il importe de ne pas enseigner le fleuret à l'enfant de la même façon qu'à l'adulte. On ne lui mettra en main qu'une règle ou rien du tout pour commencer et on l'exercera à l'attitude de la garde et de la fente, lui

faisant fléchir et écarter les jambes à angle droit, en même temps que le tronc sera droit, la tête haute, le bras gauche élevé, le droit s'allongeant, se détendant au moment de la fente, bien qu'il ne soit pas chargé du fleuret. On fera aussi fendre, marcher, reculer (rompre) l'enfant. Les reprises seront peu nombreuses, courtes, séparées par un long intervalle de repos. Quand les jambes auront acquis la souplesse et l'écartement voulus, ce à quoi les enfants arrivent sans éprouver de courbature, on leur mettra en main un petit fleuret léger, et on leur fera faire avec la plus grande précision tous les mouvements et coups que comporte le plastron, en ayant soin de les égaliser dans tous les sens, et de faire travailler la main autant dans la ligne de quarte (dessous) que dans celle de sixte (dessus) et en pronation qu'en supination, s'attachant plus au doigté qu'à la force. On ne laissera faire assaut aux enfants entre eux qu'à partir de 13 ans au minimum.

L'enfant ainsi guidé prendra goût à cet exercice, y viendra de lui-même et non contraint, et en retirera tous les avantages musculaires, pulmonaires, respiratoires et nutritifs, intellectuels et sensoriels qui font de cet exercice le plus parfait, le plus complet des exercices.

La femme qui actuellement sent aussi la nécessité du sport, pour la conservation des forces et de la santé, et qui s'est mise avec entrain et satisfaction à la vélocipédie, peut-elle, comme l'enfant, recueillir les avantages que donne l'escrime en s'y exerçant.

Plusieurs incompatibilités s'éveillent tout d'abord dans l'esprit. Il ne paraît pas normal de voir la femme

apprendre à manier une arme qui suppose toujours l'idée de duel et de lutte. Cette raison avait sa valeur autrefois où toutes les femmes qui maniaient l'épée, (nous ne parlerons pas de la fameuse chevalière d'Eon qui faisait assaut avec St-Georges et était un homme), étaient des intrigantes ou des actrices qui croisèrent bien des fois le fer victorieusement contre des mousquetaires ou des gentilshommes. On a vu de nos jours des femmes croiser le fer, l'une contre l'autre en Amérique, mais cela n'empêche pas que notre fleuret, et son étude, sont devenus, à côté de leur utilité pratique, d'admirables moyens d'hygiène. Le fleuret est l'épée pacifiée, adoucie, devenant un art d'agrément, un art d'utilité, et la femme peut s'y adonner sans qu'on la soupçonne d'entretenir des intentions belliqueuses. Une autre objection est tirée de la fente. On comprend très bien que la femme ne doive pas se fendre à fond comme un homme. Jean Louis, le professeur de Montpellier, a eu le mérite de démontrer, que l'habileté de la main bien dirigée, même avec peu de fente et peu de muscles, peut arriver à rivaliser avec la portée la plus longue, et la musculature la plus puissante : « Un maître habile, disait-il, doit arriver mécaniquement, chez certains élèves, à suppléer aux qualités musculaires par la légèreté des mouvements, par le tact et la subtilité de la lame.

Il fit sur sa propre fille la démonstration pratique de ce principe, et grâce à la supériorité des mouvements de la main, M^{lle} Jean-Louis acquit dans les assauts de Montpellier la réputation d'une escrimeuse hors ligne. L'escrime est devenue depuis lors abordable pour la

femme, et actuellement bien des femmes du monde se sont passionnées pour un exercice qui leur a donné la force et la santé.

L'escrime ne peut pas comme la natation, la rame, l'équitation, la gymnastique se pratiquer au grand air. L'air froid arrivant par bouffées dans la poitrine du tireur l'essoufflerait vite ; et il serait dangereux de s'exposer au froid du dehors pour un exercice qui provoque une transpiration aussi abondante que le fait l'escrime. Cela n'empêche pas l'escrime d'agir puissamment sur le développement de la poitrine et du thorax et de multiplier le nombre des alvéoles pulmonaires. Mais il est utile, pour que cet exercice jouisse de tous ses avantages, que la salle d'armes soit spacieuse et bien aérée. Une bonne salle d'armes permettra en outre au tireur après l'assaut de se livrer à l'hydrothérapie ; de sorte que si l'escrime n'a pas pour lui la supériorité atmosphérique, cet inconvénient est compensé par le bien-être et le stimulant, qu'est pour l'organisme la douche froide ou mitigée prise en pleine transpiration immédiatement après la leçon au plastron ou à l'assaut. La douche, dans ces conditions, offre les mêmes indications et contre-indications que partout ailleurs. Vous ne laisserez pas plus à la salle d'armes que dans les stations thermales, un tuberculeux, un goutteux, un rhumatisant gravement atteint, prendre la douche, surtout la douche froide, le corps étant en nage. Vous pourrez vous départir de cette rigueur vis-à-vis des rhumatisants moins avancés, chez qui vous redouterez moins l'influence du froid, mais vous leur recommanderez de

s'entourer contre le froid de toutes les précautions possibles. Ces restrictions faites, ne craignez pas, conseillez l'emploi de la douche, malgré la transpiration abondante. La force du jet détermine une réaction violente qui repose le système musculaire, active les fonctions cutanées et viscérales et donne une grande sensation de bien-être.

Il serait fastidieux d'énumérer, de discuter ici toutes ces notions que tout le monde possède, et qui sont bien exposées dans les ouvrages de physiologie et d'hygiène sur l'influence favorable de l'exercice pour chaque partie du corps, pour chaque organe, pour le fonctionnement de nos divers appareils, et le maintien de notre machine en bon état et en bonne force.

L'escrime étant un exercice complet, c'est-à-dire un exercice qui oriente dans une bonne direction de fonctionnement, d'attitude, tous les rouages de l'anatomie humaine : muscles, articulations, membres, qui active les mouvements des systèmes pulmonaire, cardiaque, digestif, et la sécrétion cutanée, sans laisser de côté notre système nerveux, et notre côté intellectuel, par l'intérêt, la passion, la dextérité, la mise en jeu de qualités de prudence, de jugement, qui forme le coup d'œil, chasse la crainte, donne la fierté d'attitude qui convient à l'homme, en même temps que la confiance en sa force et le tact de ne pas en abuser, qui conserve la jeunesse malgré l'âge, réalise un ensemble unique et jouit des mêmes avantages qu'on attribue à chaque exercice en particulier.

Il serait intéressant de faire l'étude physiologique

complète qui a été faite pour la gymnastique, mais les résultats seraient les mêmes, et il suffit de faire un tour dans une salle d'armes pour être plus convaincu que par la lecture de nombreuses observations sur les bienfaits que peut donner l'escrime à l'organisme.

CHAPITRE IV

Applications médicales de l'escrime.

Dans son ouvrage déjà cité, le D^r Tissot en 1780 écrivait :

« L'escrime, ou l'action de faire des armes, est de tous les exercices gymnastiques non seulement le plus actif, mais encore celui qui cause le plus de secousses à toute la machine, et qui met le plus en action les muscles des extrémités.

« En envisageant cet exercice, seulement de ce côté, on voit bien qu'il pourrait fournir à la médecine et à la chirurgie un moyen salulaire pour fortifier les extrémités, pour rendre plus libres les mouvements de leurs articulations, et pour favoriser davantage la circulation dans les viscères ».

Dans ce volume se trouvent indiquées les principales indications de l'escrime, celles tirées des raideurs articulaires, des vices d'attitude et des troubles de la nutrition générale, qu'il faut bien diriger ou réveiller si elle languit comme dans la scrofule.

Mais le D^r Tissot fut moins bien inspiré dans l'observation suivante qu'il rapporte :

OBSERVATION I. — *Gymnastique médicale* (1780).

« Un jeune homme attaqué d'exostose vénérienne à la partie

inférieure de la jambe, et rebuté des frictions par la gêne de ses parents, prit le parti de lui-même, de faire usage d'une tisane sudorifique, et de se livrer, sans autre conseil que celui de son goût, à toutes sortes d'exercices fatigants et continus, comme de patiner sur la glace, de faire des armes, et de danser presque tous les jours. Qu'arriva-t-il ? Le hasard, ou plutôt un heureux instinct, opéra tout ce que l'art aurait pu faire : l'exostose disparut au bout de six semaines ».

Il serait puéril en effet de demander à l'exercice et non au mercure et à l'iodure de potassium la guérison des manifestations spécifiques. L'exercice ne peut jouer ici que le rôle d'adjuvant. Nous ne nous occuperons pas de ce côté de la question, du rôle adjuvant pour remonter un malade affaibli, ou convalescent, que l'escrime partage avec tous les autres genres d'exercice.

Nous rechercherons si en l'utilisant dans certaines conditions, elle ne donnerait pas au médecin et aux malades des satisfactions que ne fournissent pas les autres exercices et les autres procédés thérapeutiques, nous basant plus sur des faits vus que sur des données théoriques, et tâchant de rapporter quelques observations que malgré les difficultés d'observer dans un milieu qui change sans cesse, nous nous sommes efforcé de recueillir.

Voici la liste des affections où l'escrime nous a paru donner les meilleurs résultats, en commençant par les affections où le résultat est moins net, pour terminer par celles dans lesquelles il est indiscutable. Les armes améliorent certains états du système nerveux, et sont un adjuvant utile dans les cas d'insomnie, de tracas, de

préoccupations mentales. Elles rendent service dans la migraine, les troubles hystériques légers et même la chorée. Cet exercice rétablit les échanges vitaux ralentis par les excès de toutes sortes et en particulier par l'onanisme. Il réveille le pouvoir d'assimilation chez les scrofuleux et les chlorotiques.

Il brûle l'excès de matériaux non assimilés, ou les produits de désassimilation résultant chez les arthritiques du vice des échanges chimiques de l'organisme. D'où son influence favorable dans les cas qui relèvent des troubles décrits par M. Bouchard sous le nom de ralentissement de la nutrition, tels la furonculose des adolescents, l'eczéma, la goutte. C'est le traitement le plus actif contre l'obésité.

L'escrime ensuite porte au plus haut point les contractions intestinales et remédie à la dilatation stomacale, à l'atonie intestinale, à la dyspepsie gazeuse, et surtout à la constipation.

Lorsque le système osseux est encore malléable, en voie d'agrandissement, elle peut redresser des déformations rachitiques ou de croissance des membres inférieurs.

Elle a une action pour ainsi dire spécifique contre la scoliose, et les raideurs ou ankyloses articulaires.

Système nerveux.

M. le D^r Lagrange, dans son ouvrage sur la *Physiologie des exercices du corps*, recommande de conseiller

aux personnes qui travaillent beaucoup de tête des exercices purement physiques, auxquels l'intelligence n'a aucune part, de préférence à l'escrime et aux autres exercices rythmés qui demandent une dépense d'influx nerveux, et la participation des qualités psychiques. L'expérience démontre que l'escrime, au lieu de fatiguer, d'épuiser le système nerveux, tout en demandant son concours, est pour lui un excellent moyen de diversion, de distraction. On sort de la salle d'armes, l'esprit dispos, récréé, content et non pas rendu, épuisé. Interrogez les amateurs d'armes, ceux surtout qui ont sur les bras de grands travaux intellectuels, des préoccupations, même des chagrins violents. Ils vous diront tous qu'ils sortaient de la salle d'armes ayant oublié complètement leurs tracas, et l'esprit parfaitement distrait. Un quart d'heure d'assaut ou de leçon avait été pour eux le plus grand moyen de diversion. L'assaut en effet accapare, absorbe l'individu tout entier, il lui faut absolument oublier tout le monde extérieur, se concentrer sur son adversaire pour échapper aux pièges que ce dernier lui tend continuellement, pour préparer l'attaque, pour se mettre en tension, charger tous les muscles de l'excitation latente qui assure les départs et les coups foudroyants. Si le tireur détourne un seul instant son attention de la planche, ou même s'occupe d'autres pensées que de celles de l'attaque et de la défense, aussitôt son adversaire le surprend et le touche. L'esprit ainsi occupé ne se fatigue pas, il est sous le charme de l'ardeur de la lutte, et non sous l'empire de calculs fatigants. Pendant que l'esprit se distrait, le corps tra-

vaille, se fatigue. Et l'on comprendra sans peine qu'un réactif de cette nature dissipe les insomnies rebelles, les préoccupations de l'esprit, les migraines violentes, la torpeur, l'alourdissement intellectuels, et toutes ces sensations de malaise moral que l'on éprouve quand les fonctions de l'organisme ne s'exécutent pas normalement. Les observations sur ce sujet sont nombreuses et banales.

Nous rapportons les trois suivantes :

OBSERVATION II (personnelle).

Migraine avec vomissements cédant à l'exercice des armes.

M. J... âgé de 48 ans, ayant une occupation l'astreignant à additionner des chiffres plusieurs heures par jour, issu de parents migraineux, bien que d'une santé solide, a été dès l'âge de 15 ans sujet à des migraines revenant quelquefois plusieurs jours par semaine, et s'accompagnant de vomissements. Il se soumit à de nombreux moyens thérapeutiques sans résultat.

A vingt ans il se mit à faire des armes, comme en font beaucoup de jeunes gens, mais sans en espérer aucun résultat pour sa migraine. Il en faisait 1/2 heure, 3 fois par semaine. Au bout de 15 jours il fut étonné de remarquer que ses accès de migraine s'éloignèrent, puis disparurent complètement.

Il lui arriva de cesser cet exercice pendant 3 mois. La migraine reprit. Depuis, même lorsqu'il se trouve à la campagne il est obligé, bien qu'il ne trouve là qu'un professeur peu habile, de continuer l'escrime, sous peine de voir revenir les accès de migraine. Il se livre chaque jour à des calculs exigeant une grande tension d'esprit sans éprouver le plus léger mal de tête.

OBSERVATION III (personnelle).

Migraine n'ayant cédé qu'à l'escrime.

M. B... 30 ans, ayant eu des maux de tête très violents pendant 4 ans, sans vomissements. Il a essayé l'hydrothérapie, tous les médicaments analgésiques sans résultat. Il se mit à faire des armes pendant une heure tous les jours. Au bout de 8 jours les maux de tête avaient disparu ; depuis il fait toujours des armes et ne se plaint jamais plus de sa tête.

OBSERVATION IV (personnelle).

Hypochondrie améliorée par l'exercice du fleuret.

M. L..., officier, 44 ans, hypochondriaque, lunatique, ayant des accès de gaieté folle, d'humeur charmante, interrompus par des crises de mélancolie. Il devient alors d'un caractère inabordable, colère, punissant et traitant ses hommes durement sans aucun motif. Lui-même se rend compte de cet état, se déclare extrêmement malade et avoue que son humeur est dans ces moments-là terrible, tout en déclarant ne pouvoir se contenir. La figure exprime au moment de ces crises le trouble de son caractère. Toutes les fois qu'il lui arrive d'entrer à la salle d'armes dans cet état, son maître d'armes, qui le connaît très bien, lui met aussitôt le fleuret en main, sans lui dire un mot, et sans lui laisser le temps de se déshabiller. Au bout d'une reprise ou deux, l'exercice a produit son effet, l'orage a passé, et le visage souriant de l'officier indique que l'accès d'hypochondrie a disparu.

Il y a quelques années des observations extrêmement intéressantes furent rapportées par le D^r Blache, sous sa direction un professeur de gymnastique, M. Napoléon Laisné, avait soumis à l'Hôpital des Enfants-Malades, un grand nombre de fillettes atteintes de chorée à divers degrés, à plusieurs séances par jour de mouvements

gymnastiques, rythmiques, accompagnés de chant. Des améliorations et des guérisons de cas même graves avaient été obtenus. Depuis, la gymnastique est entrée pour une bonne part dans le traitement de la chorée.

Rien n'empêchait de penser que l'escrime, qui est aussi un exercice à mouvements rythmés, et dont on peut modifier à volonté les variétés et l'intensité, n'exercerait pas une heureuse influence sur la chorée et sur les manifestations musculaires de l'hystérie.

Ce coin de la question demanderait beaucoup d'études patientes et d'observations sévèrement contrôlées où la malade serait revue longtemps après la guérison. Nous n'avons pu jusqu'à présent rencontrer que deux choréiques, et trois hystériques, atteintes de contractures, de convulsions sans perte de connaissance. Toutes ces malades ont fait des armes de la façon que nous avons vu que les femmes pouvaient en faire. Toutes se sont très bien trouvées de cet exercice, et lui ont attribué avec raison, bien probablement, leur guérison.

Ralentissement de l'activité des fonctions vitales.

Nous rapprochons ici trois états morbides bien éloignés les uns des autres : l'onanisme, la scrofule et la chlorose. Cet ensemble disparate a pour le moment ce point de contact que l'escrime dans ces trois états donne d'excellents résultats en stimulant les échanges nutritifs, en relevant les fonctions de nutrition et d'assimilation, en remédiant à la déchéance physiologique qu'entraî-

nent ces trois processus morbides si l'on ose leur appliquer ce terme.

Lorsqu'on viendra vous consulter pour un adolescent ou un adulte, qui pour une raison variable, se livre à la masturbation d'une façon si immodérée que tout son état général trahit les plaisirs personnels qu'il se procure, à ce sujet amaigri, voûté, hébété, n'hésitez pas à recommander fortement l'escrime. S'il consent à faire des armes, il se guérira par un double mécanisme. D'abord à mesure qu'il prendra goût à cet exercice ses idées changeront, et il oubliera ses habitudes funestes. En outre l'escrime, par l'augmentation de l'appétit, lui fera recouvrer les forces perdues. Mais il est important que le maître d'armes prenne un soin tout particulier de ces malades, se rende bien compte de la somme de fatigue qu'ils peuvent endurer, les entraîne progressivement en leur laissant de longs intervalles de repos, et les intéresse autant qu'il sera en son pouvoir à ce sport.

Nous résumons l'observation suivante :

OBSERVATION V (personnelle).

Cas d'onanisme grave. — Guérison.

B..., 18 ans, entre à la salle d'armes, sur le conseil de son médecin, le 10 mai 1891, son entourage le croyait poitrinaire, tellement il était amaigri ; décharné, osseux, voûté. Rien au poumon. Mais excès quotidiens de masturbation depuis plusieurs années. Dès qu'il restait sans surveillance, vite il se cachait dans un coin pour se livrer à son plaisir favori. Il ne pouvait plus faire quelques pas sans être essoufflé, et pris de vertiges. Pendant six semaines il ne put rester en garde plus de deux minutes, et encore au début fallait-il le soutenir. En août, il avait cessé de se masturber et re-

pris de la force. En dix mois, il était solide, robuste, complètement guéri.

Pour ce qui est de l'influence de l'escrime dans la scrofule, nous nous contenterons de rapporter l'observation suivante. L'indication est bien simple. Il serait ridicule de notre part, on nous accuserait de monomanie, si on croyait que nous voulons faire de l'escrime le traitement des affections dont nous parlons, nous présentons cet exercice comme un adjuvant utile, un auxiliaire précieux du traitement médical. Notre pensée est seulement de mettre un instant en lumière le temps qu'on peut gagner, le bénéfice que l'on peut obtenir pour le malade en se servant à côté des traitements classiques des ressources gymnastiques multiples contenues dans l'étude du fleuret.

Chez un scrofuleux issu de parents bacillaires, atteint de la micro-polyadénite, ou même d'adénites suppurées, indemne de toute lésion pulmonaire, vertébrale, osseuse ou articulaire, mais vu sa diathèse, sous le coup d'une de ces lésions s'il ne se fortifie pas, ne s'endurcit pas, n'engraisse pas, l'escrime répondra avantageusement à ces dernières indications. On aime quelquefois à lire une observation prise par nos devanciers d'un lustre ou d'un siècle, c'est ce qui nous détermine à reproduire l'observation suivante.

OBSERVATION VI (D^r TISSOT, 1780).

Un enfant qui n'était jamais que le spectateur des amusements et des jeux de ses camarades, resta jusqu'à l'âge de 12 ans avec des glandes au cou, et des articulations un peu gonflées ; mais la

mère convaincue qu'elle devait la guérison de son cadet, autant à l'usage du mouvement qu'aux fondants de Rotrou, fit l'impossible pour distraire, égayer son aîné et lui inspirer le goût de l'exercice et du mouvement. On le menait souvent en voiture, insensiblement il s'anima et reprit de la vigueur. Mais comme il y avait un peu de mauvaise contenance dans la taille de cet enfant, qu'il penchait un peu le cou, que les articulations gonflées lui avaient donné une démarche défectueuse etc., je m'avisai de conseiller à la mère de faire apprendre à son fils à tirer des armes, pour exciter en lui une sorte d'orgueil et le mettre en état de se montrer grand garçon, vis-à-vis de ses camarades qui se raillaient de lui. La mère saisit cette idée, le jeune homme y prit goût et l'on s'aperçut bientôt que cet exercice opérerait un heureux changement et sur son caractère et sur sa santé. J'ai eu occasion de le revoir 8 ans après cette époque. il est assez bel homme, et parfaitement guéri.

Lorsque la chlorose vraie, non pas celle derrière laquelle se cache un début de tuberculose pulmonaire, résiste au fer et à la gymnastique de chambre, faites faire de l'escrime, et soyez certains de la guérison ou au moins d'une amélioration rapide.

Furonculose. — Goutte. — Eczéma. — Obésité.

Lorsque les matériaux provenant de l'alimentation, ou des résidus de fonctionnement des appareils organiques ne sont pas suffisamment oxydés, il en résulte un excès de produits toxiques dans la circulation, causant un ensemble de maladies, réunies par M. Bouchard en un groupe homogène, auxquelles il a donné le nom de maladies dues au ralentissement de la nutrition.

L'exercice des armes qui met en mouvement tout le système musculaire, achèvera ces oxydations, et entraînera par la sueur la majeure partie de ces produits nuisibles, en prévenant ainsi les manifestations premières ou la récurrence de ces diverses affections.

On sera peut-être surpris de voir la furonculose entrer dans ce groupe. L'éruption de furoncles sur diverses régions du corps, particulièrement au cou, tient à des causes multiples, déterminant plusieurs formes cliniques. Les jeunes sujets scrofuleux, ceux en puissance de tuberculose pulmonaire ou même phthisiques, offrent des poussées de furoncles peu douloureux, contenant un pus verdâtre, et disparaissant vite. Contre cette variété d'éruption, l'exercice est inutile. Mais il n'en est pas de même pour la furonculose des diabétiques, et surtout pour celle que l'on observe chez les jeunes arthritiques. Ils ont ce qu'on pourrait appeler la furonculose des adolescents. Les poussées coïncident avec des troubles digestifs, et souvent un excès d'urates et d'acide urique dans les urines qui deviennent très foncées. Les furoncles suppurent la plupart du temps, après avoir causé de vives douleurs. On voit l'affection persister avec un acharnement décourageant pendant des années. L'exercice des armes, en régularisant les fonctions digestives, en procurant des combustions complètes, en favorisant l'élimination cutanée et l'exhalation pulmonaire, guérit ces manifestations et en empêche le retour. Il agit de même vis-à-vis des lésions eczémateuses des arthritiques analogues jusqu'à un certain point aux poussées furonculeuses que l'on observe chez eux. Pour la même

raison, l'escrime éloignera le retour des accès chez les gouteux. Nous connaissons plusieurs gouteux, qui ont commencé les armes à la suite de violents accès de goutte, et qui depuis, malgré de nombreux écarts de régime, n'ont plus rien éprouvé. Lorsqu'ils cessent leur exercice habituel pendant 3 ou 4 jours, aussitôt ils se sentent mal'en train, fatigués, et se plaignent de douleurs dans les masses musculaires et dans les articulations. L'un d'eux ayant cessé pendant 3 semaines fut repris d'une attaque de goutte.

Mais c'est dans le traitement de l'obésité que l'escrime fournit ses résultats les plus indiscutables. Il n'est pas un exercice de déperdition, d'usure des réserves qui vaille celui-ci. Après avoir pesé 30 tireurs, ayant fait un assaut de 10 minutes, nous avons constaté que chaque assaut faisait perdre à chaque tireur en moyenne de 500 à 700 grammes. Un tireur dans un assaut où il s'était remué énormément avait perdu 1 kilogramme et un autre 1 kilogr. 500. C'est facile à comprendre car l'escrime réunit les deux conditions par lesquelles un exercice brûle le plus de matériaux : la vitesse et l'influx nerveux. C'est un exercice de vitesse, tous les muscles se contractent un grand nombre de fois dans une unité de temps, et de plus le système nerveux tout en ne se fatiguant pas, l'esprit se reposant, accumule quelquefois plusieurs minutes dans ces muscles l'influx qui prépare leur détente rapide, en même temps qu'il est en éveil pour éviter les surprises ennemies et lui préparer des pièges. A l'escrime on brûle ses réserves, on maigrit même en n'ayant pas un régime très sévère ; et si l'on

voit des escrimeurs gros, c'est qu'ils ont un genre de vie très copieux, et qu'ils deviendraient énormes, si en tirant les armes, ils n'opposaient continuellement un obstacle à l'augmentation progressive de leur poids. Cette notion est bien répandue dans le monde médical, et aussi dans le public, combien en effet vous répondent, quand vous leur demandez pourquoi ils prennent en main le fleuret : pour maigrir.

Atonie intestinale (constipation).

L'escrime remédie à ces symptômes en déterminant des contractions dans tous les muscles qui ferment la cavité abdominale, dans le diaphragme, et dans les muscles de la paroi en excitant les contractions des deux tuniques musculaires propres de l'intestin. Nous n'avons pas trouvé d'escrimeur qui se plaignit de la lenteur de ses digestions, d'aller irrégulièrement à la selle, ou d'avoir du ballonnement du ventre après les repas. Nous avons vu des individus qui n'allaient à la selle que tous les 4, 8 et 15 jours, et dont les garde-robes se sont régularisées quand ils se sont mis régulièrement au sport que nous étudions. Disons à ce propos qu'on peut sans aucun inconvénient prendre la leçon et faire assaut un quart d'heure après le repas. La digestion loin d'en souffrir se trouve activée.

Incurvations des membres.

Nous allons examiner une série d'affections où l'escrime triomphe, et donne des résultats bien supérieurs à ceux que fournissent les autres méthodes, tout en étant d'une application plus simple.

Il est des enfants et des adolescents qui ont les jambes de travers en marchant, qui meuvent leurs jambes en ayant les pointes des pieds fermées, et les genoux au contact l'un de l'autre. Mais la déformation n'est qu'apparente. Examinez-les couchés, leur squelette est droit. Ils ont pris l'habitude de contracter leurs adducteurs et les rotateurs en dedans, plus que les abducteurs et les rotateurs en dehors. Il va de soi que sans appareil, sans intervention, l'escrime développera les muscles faibles, et rectifiera la position. La mise en garde et la fente peuvent faire plus et redresser des *genu valgum*, des tibias ou des fémurs arqués par le rachitisme, alors que la croissance n'est pas achevée, que le squelette est encore assez malléable, pour que l'influence de la contraction bien dirigée des muscles des cuisses et des jambes puisse le redresser. Il serait difficile de dire où s'arrête la limite de la déformation que l'on peut ainsi corriger alors que le poids des appareils métalliques ne ferait que l'augmenter.

Parmi les maîtres d'armes plusieurs ont débuté dans l'escrime pour redresser leurs membres inférieurs arqués par le rachitisme.

Un des exemples les plus célèbres est celui de Jean-Louis. A 12 ans, il était dans l'école des enfants de troupe. Le colonel passant la revue, voyant son aspect malingre, chétif, ses jambes arquées, sa marche oscillante, sa taille petite, son développement physique inférieur à son âge, le fit sortir des rangs, persuadé que jamais on n'en ferait un soldat. Un capitaine qui s'intéressait à l'enfant, s'interposa et obtint du colonel qu'on essayât d'envoyer Jean-Louis à la salle d'armes pour le développer, le redresser, et lui rectifier la disposition de ses jambes. Le maître d'armes crut qu'on se moquait de lui en lui envoyant pour élève « un pareil avorton ». Parmi les prévôts c'était à qui ne lui donnerait pas la leçon ou l'éreinterait pour s'en débarrasser.

Au bout d'un an l'enfant avait grandi ; ses jambes s'étaient redressées, son corps s'était développé, et il faisait avec succès son premier assaut public devant les officiers du régiment.

En 1814, 17 ans après il devenait le héros d'un duel fameux, on peut même dire du plus fameux duel de ces derniers siècles, où en 40 minutes il mit successivement à mort ou hors de combat 13 redoutables tireurs italiens maîtres d'armes et prévôts, faisant partie d'un des régiments qui combattaient pour nous en Espagne. Ce régiment s'était pris de querelle avec le 1^{er} régiment composé exclusivement de Français.

Pour rétablir la discipline compromise les colonels, les chefs avaient décidé un duel entre 15 tireurs de chacun des deux régiments.

A lui seul par la méthode française, Jean-Louis vint

à bout de tous les Italiens dont la manière de faire les armes, était jusque-là encore réputée par beaucoup comme supérieure à la nôtre. Mais ceci commence à être de l'histoire, et on en trouvera tous les détails soit dans un ouvrage de M. de Faulquemont, ou dans *Un maître d'armes sous la Restauration*, par Vigeant.

Voici un autre exemple analogue. Celui de M. Caventous, maître d'armes à Mexico. Il avait été tout enfant envoyé à Jean-Louis par le Dr Lallemand, de Montpellier. Il était extrêmement chétif, ayant les membres maigres, arqués. Jean-Louis en fit un homme assez robuste, et tant sa méthode était supérieure, un tireur remarquable, bien que M. Caventous n'ait jamais eu de muscles puissants, et soit toujours resté d'allure maigre, faible, d'une vigueur au-dessous de la moyenne.

Nous souhaitons que le sujet de l'observation suivante devienne un exemple aussi remarquable que celui de ces maîtres.

OBSERVATION VII (personnelle).

Déviations rachitiques des membres inférieurs.

— *Guérison par l'escrime.*

L. M..., 17 ans. A marché à 2 ans. Nourri au sein jusqu'à 15 mois, en outre à partir de 7 mois sa mère lui donnait un peu de lait de vache, et à partir de 12 mois, de la farine de gruau délayée dans de l'eau de pain.

A 11 mois, il eut la rougeole, il n'a jamais eu de paralysie infantile.

A 2 ans, il avait des manifestations rachitiques aux membres inférieurs, les jambes étaient arquées. Rien aux membres supérieurs, grosse tête. A cet âge il commence à marcher, ce qui aggrave la

déviation des jambes. Au bout d'un an on consulte un médecin, qui conseille un appareil orthopédique. Un autre médecin conseille l'escrime, et défend d'appliquer un appareil.

L'enfant avait alors des tibias arqués au voisinage du genou, des jambes extrêmement maigres, à muscles non accusés. Il marchait les genoux rapprochés, les jambes écartées, se fatiguait vite.

Il commença donc l'escrime à 3 ans. Il n'avait pas de fleuret, on se contentait de le mettre dans l'attitude de la garde et de le faire fendre, marcher et rompre. Il fit cela pendant 6 mois tous les jours ; les reprises étaient de 3 à 5 minutes, séparées par un long repos. L'enfant n'eut jamais de courbature. L'écartement des genoux lui causa cependant, à un faible degré, de la tension musculaire, plus que de la douleur à proprement parler. Il prenait en outre de l'huile de foie de morue.

Le changement a été très manifeste et très rapide. Au bout de 6 mois la déformation était encore apparente, mais le membre était devenu normal. L'enfant a continué l'exercice depuis ce temps. A 4 ans ses jambes étaient bien musclées.

Fleuret en main à 5 ans ; à cet âge, guérison de la déformation. De 7 à 8 ans, il a grandi beaucoup. De plus l'état général a été remonté. Embonpoint au lieu de maigreur.

Actuellement c'est un jeune homme de 17 ans, ses membres inférieurs sont dans une rectitude parfaite. Il marche et se tient en garde, les jambes ouvertes à angle droit, de la façon la plus académique du monde.

Scoliose.

Nous éliminerons la scoliose due au mal de Pott, à une lésion de l'articulation coxo-fémorale, ou à un raccourcissement d'un des membres inférieurs, pour ne

nous occuper que de la scoliose essentielle, celle qu'on observe avec le plus de fréquence chez la jeune fille.

Quel riche catalogue d'attitudes, de corsets, d'appareils gymnastiques a été imaginé contre cette affection dont la pathogénie est encore bien discutable et la guérison si lente et si incomplète.

Cette question demanderait à elle seule une thèse, et nous reculons devant le travail qu'il nous faudrait pour rédiger nos notes et présenter des observations à ce sujet.

Voici les conclusions auxquelles les faits bien interprétés peuvent conduire : l'escrime ne guérira pas toutes les scoliozes, mais dans bien des cas elle a fait merveille, et il est indiqué d'y avoir recours.

Elle a réussi mieux que les manœuvres de gymnastique les plus savantes. Mais elle doit être employée sous le contrôle du médecin, et par un maître d'armes intelligent et attentif.

Dans son livre sur la *Médication par l'exercice*, le D^r Lagrange, qui a fait à l'escrime les objections que nous avons vues, a peu prôné ce traitement de la scoliose par suite d'idées plus théoriques que pratiques.

Mais il importe beaucoup que la jeune fille fasse des armes du côté de la convexité de la scoliose, de l'épaule plus haute, à l'exclusion de l'autre main. Qu'on lui fasse faire surtout des exercices de main et peu de fente. En outre il sera bon d'agir sur le thorax par le chant dans l'intervalle des leçons d'escrime. On ne se privera pas des massages, des frictions et du traitement reconstituant. L'escrime faite de la main gauche, si la concavité

est droite, et vice-versa récompensera dans la majorité des cas par le succès, de la fermeté avec laquelle on l'aura conseillée.

Ankyloses et roideurs articulaires.

Dès 1780 le D^r Tissot recommandait les armes contre les roideurs d'ankyloses de l'épaule, du coude.

Nul exercice n'est plus apte à guérir, et cela en peu de temps, toutes les roideurs articulaires, non seulement du membre supérieur qui manie le fleuret, mais aussi du membre inférieur dont toutes les articulations jouent pour la garde et le développement, consécutives aux entorses, aux luxations, aux fractures péri-articulaires, aux immobilisations prolongées, que celui du fleuret. Nous nous contenterons de présenter l'observation suivante.

OBSERVATION VIII (personnelle).

Ankylose complète du coude chez un rhumatisant, consécutive à une luxation du coude en arrière, réduite immédiatement, mais non mobilisée pendant 2 mois. — Guérison en 3 semaines par l'escrime.

M. X... âgé de 27 ans, bien portant, mais éprouvant des douleurs rhumatismales mobiles dans les différents groupes musculaires des membres, et quelquefois dans l'articulation du genou, fait une chute de cheval le 15 mai 1894.

Il se fait une luxation du coude droit en arrière, sans fracture mais accompagnée par un gonflement énorme des parties molles. La luxation est réduite avec facilité deux heures après l'accident. L'avant-bras fléchi sur le bras à angle droit est maintenu dans une

écharpe passée autour du cou et y reste trois semaines. On retire alors l'écharpe, et le malade ne fait aucun mouvement avec ce membre, sauf qu'il écrit un peu en fixant son avant-bras sur son bureau. Du reste il ne tarde pas à appliquer pendant 10 jours autour de l'avant-bras et du bras un bandage en caoutchouc modérément serré, qui contribue à maintenir l'immobilisation. Jusqu'au 16 juillet, c'est-à-dire pendant 2 mois depuis le jour de l'accident, il ne s'est pas inquiété de cette roideur de l'articulation qui n'a pas fonctionné depuis lors. Inquiété de cette situation, il commence le 16 juillet le traitement par l'escrime. Disons du reste que l'exercice du fleuret lui est familier ; on constate à ce moment que le coude est ankylosé, l'avant-bras à angle droit sur le bras. Tous les mouvements sont impossibles, aussi bien la flexion que l'extension, la pronation que la supination. Il existe en outre de l'atrophie du bras. Le bras sain à sa partie moyenne a 25 centimètres de circonférence, et le bras du côté luxé 20 centimètres seulement. Cette atrophie porte principalement sur le triceps brachial, qui est mou, flasque. Mais le biceps, le brachial antérieur, le long supinateur sont aussi légèrement atrophiés, et laissent saillir les reliefs osseux de la région. On ne peut essayer de provoquer un mouvement dans cette articulation sans produire une vive douleur. C'est dans cette situation après deux mois de non fonctionnement du coude, que le malade se mit tous les jours, deux fois par jour, à prendre la leçon de fleuret, que lui donna, en l'adaptant au résultat à obtenir, son distingué maître d'armes, M. Mondoloni, que nous remercions de l'obligeance avec laquelle il nous a facilité l'observation de ce malade. L'escrime a eu très rapidement une influence extrêmement marquée sur le mouvement de l'articulation radio-cubitale supérieure, et sur le mouvement d'extension. M. Mondoloni a commencé par faire faire très fréquemment la parade dite contre de quarte, laquelle nécessite précisément le mouvement de pronation, en même temps qu'elle fait contracter le long supinateur, presque tous les muscles antérieurs de l'avant-bras, sans compter le biceps et le brachial antérieur qui fixent le cubitus à angle plus ou moins ouvert pendant ce mouvement. De sorte que le malade qui le premier jour ne pouvait

exécuter aucun mouvement dans ce sens, dès le 3^e jour, après 6 leçons avait recouvré presque l'intégrité indolente de son mouvement de pronation et de supination. Pour arriver à ce résultat, la parade en sens inverse dite contre de sixte, tout en devant être faite quelquefois, est beaucoup moins importante. Le malade était très étonné de ne pouvoir 3 jours auparavant faire le mouvement nécessaire pour ouvrir sa porte, et d'exécuter maintenant ce mouvement avec la plus grande facilité.

Le mouvement qui a réparé le mieux, mais plus lentement que celui dont nous venons de nous occuper est le mouvement d'extension. Son retour fut plus long et douloureux. L'extension du bras à la leçon était obtenue de plusieurs manières. Le malade tirait droit pour toucher le plastron, ou tirait en dégageant, ou en faisant une deux, ou après un contre. Les premiers jours l'extension ne se produisait que d'une façon à peine sensible. Le maître d'armes était obligé de se mettre tout près de l'élève, la lame arrivait sur le plastron sans force, et sans même se plier. De plus presque tout le mouvement était produit par l'épaule, au point que l'épaule devint douloureuse. La première modification sensible fut que la lame arrivait avec plus de force, se pliait sur le plastron, le maître d'armes commençait à sentir la détente du bras. A ce moment on put chercher à forcer le mouvement d'extension. Pour cela ce maître d'armes entraînait l'élève et sa main en lui faisant faire quelques parades, et au moment où la main lancée allait toucher le plastron, le professeur reculait, de sorte que l'élève tout en se fendant un peu tirait dans le vide, faisant ainsi de l'extension forcée du coude. Ce mouvement était suivi d'une sensation douloureuse dans l'articulation. Le malade se reposait un moment, et continuait. Il prenait ainsi par jour deux leçons d'une demi-heure de durée. Le maître d'armes avait soin de faire ses parades avec plus de force que d'habitude. Chaque mouvement brusque s'accompagnait d'une sensation de douleur dans l'articulation, tout en continuant cet exercice la douleur disparaissait, et l'articulation gagnait aussitôt un léger degré de jeu, soit en extension, soit en pronation. Au début de chaque leçon, il y

avait de la douleur et plus de raideur qu'à la fin de la leçon précédente ; mais après quelques parades la douleur disparaissait, et le malade intelligent et observateur sentait très bien que son articulation avait gagné un peu de mouvement. A la suite de ces leçons le coude était douloureux pendant quelques minutes, mais malgré cette douleur les exercices ont été continués sans inconvénient. Le 21 juillet le malade se plaignit, ainsi que quelques jours suivants d'une douleur beaucoup plus violente que d'habitude. Il n'y avait rien d'anormal, ni gonflement, ni phénomènes inflammatoires du côté de l'articulation, les mouvements de fleuret furent continués avec la même persistance, et la douleur disparut. Le malade remarqua que le matin le coude s'étendait moins bien qu'à la fin de la journée précédente. De même une demi-heure, trois quarts d'heure après la reprise d'armes l'articulation devenait plus raide. Il se mit alors à porter dans l'intervalle des exercices de fleuret, et le bras pendant, une canne très lourde. Ce poids maintenait l'intégrité du résultat obtenu et même finissait par faire gagner en extension. Pour calmer les douleurs et la fatigue résultant de ces violences imposées continuellement à l'articulation, le malade se trouvait très bien de prendre chaque jour un bain de bras très chaud. Il fit aussi des tractions sur un fort caoutchouc. Mais cet exercice n'avait rien d'intéressant, et n'a jamais paru amener un degré bien sensible d'extension. Comme nous le verrons, le corps charnu des muscles se reconstitua sans qu'il fut utile de recourir à l'électricité.

Le 20 juillet c'est-à-dire 4 jours après le début du traitement nous constatons une amélioration des plus notables. Le mouvement de pronation et de supination a entièrement reparu. L'extension a regagné la moitié de sa course de l'angle droit à la rectitude, soit 45 degrés. Mais on ne peut dépasser cet angle. Le mouvement de flexion est le plus limité de tous. L'avant-bras ne dépasse que très peu en se fléchissant vers l'épaule l'angle droit, et ce mouvement provoque une vive douleur. Le biceps et le brachial antérieur sont presque aussi volumineux que du côté sain. Seul le triceps est encore maigre et flasque, néanmoins son corps charnu a repris

un peu de volume. Le malade peut maintenant se servir de son bras droit pour s'habiller et porter même la main par dessus la tête du côté opposé. Il était loin il y a quelques jours de jouir de cette amplitude de mouvements.

Le retour de l'extension de l'avant-bras sur le bras de l'angle droit à l'angle obtus s'est fait sans beaucoup de douleur, mais de l'angle obtus à l'extension complète, forcée, les mouvements du cubitus sur la trochlée humérale sont devenus beaucoup plus douloureux.

Le malade arrive à faire toutes les parades, sans le coup d'épaules, par la détente du bras seule, c'est-à-dire tous ces mouvements se passent dans l'articulation huméro-cubitale. Le 7 août l'extension est complète, elle se fait sans douleur. Le triceps brachial est revenu presque à l'état normal, et sans le secours de l'électricité. Le bras sain mesure à sa partie moyenne 25 centimètres de circonférence, et le droit 24 centimètres ; seul le mouvement de flexion n'est pas encore complet. Le fleuret agit beaucoup moins sur ce mouvement que sur les autres, et le malade supplée à cet inconvénient en se faisant faire la flexion forcée. Le 20 août c'est-à-dire après un mois de traitement, il est complètement guéri.

On peut évidemment guérir les raideurs articulaires du coude par d'autres moyens que les armes, avec le secours des poids, des tractions élastiques, des mouvements forcés faits par une autre personne, de l'électricité, du massage, par la suspension du corps sur l'avant-bras malade. Mais combien de temps faut-il avec ces manœuvres, qui n'ont aucun attrait pour le malade ?

Dans le cas présent les armes ont rendu à ce malade rhumatisant un réel service, en le guérissant en 4 semaines d'une raideur absolue du coude ; en lui faisant recouvrer de suite le mouvement de pronation en totalité, et l'extension en partie, car elles lui ont permis de

faire subir avec intérêt et peu de douleur à son coude des mouvements violents, multiples, répétés. De son côté le maître d'armes, pour arriver vite à ce résultat, doit faire faire surtout le contre de quarte, et faire toucher le plastron par des mouvements simples au début puis plus tard forcer l'extension en échauffant la main et l'élève que l'on fait tirer brusquement dans le vide ou plus loin qu'il ne le supposait. Ajoutons qu'il n'est pas nécessaire de connaître l'escrime avant l'accident pour participer à cet exercice en cas de raideur articulaire. Il est applicable même pour un malade qui n'a jamais tenu un fleuret. Les raideurs de l'épaule se traitent de même. Celles du cou-de-pied, du genou, de la hanche exigeront que le malade se fende souvent et correctement.

•

CONCLUSIONS.

Ce n'est guère avant la seconde moitié du XVIII^e siècle que l'on peut donner à l'escrime quelques applications médicales.

L'école française avait dès lors porté si loin l'art du fleuret que ce jeu se présentait sous une double face : comme l'idéal du maniement des armes blanches, et comme un exercice hygiénique de premier ordre, et même comme un moyen curatif de certaines déformations.

Mais il importe pour que cet exercice ait tous ses avantages qu'il soit pratiqué dans une salle bien aérée, sous la direction d'un maître habile, qui tienne à l'exécution correcte des mouvements et des attitudes irréprochables, suivant les traditions de notre école française.

Si l'on s'écarte de cette académie dans l'attitude et le jeu, on peut voir le tireur prendre des positions défectueuses qui lui donneront un léger degré de scoliose, avec abaissement de l'épaule et aplatissement du thorax.

En outre il sera utile de temps à autre de s'exercer avec la main gauche pour obtenir un égal développement des deux moitiés du corps.

Les enfants même très jeunes, et aussi les femmes peuvent bénéficier des avantages de l'escrime, que le

maître a soin d'adapter aux exigences de l'âge tendre, et du sexe délicat.

Ces avantages sont l'addition des avantages particuliers que présentent chaque exercice physique. L'es-crime étant le plus parfait des exercices.

Tout le corps entre en action, tous les muscles sont développés, augmentent de volume en conservant une grande délicatesse de contraction, les articulations et la colonne vertébrale restent souples même jusqu'à l'âge le plus avancé.

Le port est fier, la démarche aisée, assurée, l'harmonie des formes aussi parfaite que possible.

La main acquiert une grande dextérité ; l'œil, de la finesse. Les fonctions respiratoires, digestives et circulatoires sont activées. La nutrition et les échanges nutritifs, en même temps que les fonctions cutanées sont stimulées.

L'intelligence acquiert des qualités de précision, de vitesse, de rapidité, de jugement. Le plus grand intérêt attache l'élève à cet exercice, qui en retire aussi de l'assurance dans les hasards de la vie.

Enfin l'es-crime employée à propos, donne d'excellents résultats dans l'hystérie, la chorée, la migraine, l'hypochondrie, l'insomnie, l'obésité, la goutte, la furonculose, l'eczéma, la dyspepsie gazeuze, la constipation, la chlorose, la scrofule. Elle assure mieux que tous les autres moyens la guérison des roideurs articulaires d'immobilisation, de la scoliose. Elle redresse certaines déviations rachitiques des membres inférieurs. Elle reconstitue l'organisme miné par l'onanisme.

C'est enfin une véritable fontaine de Jouvence qui rend le vieillard toujours jeune et alerte, et entretient la force et la santé chez tous ceux qu'épuisent les longues veilles, les travaux intellectuels, ou les nuits de plaisirs fougues.

BIBLIOGRAPHIE

Castle-Egerton. — *L'escrime et les escrimeurs*, traduit de l'anglais par Albert Fierlands, 1888. Paris, Ollendorf.

Dr Lagrange. — *Physiologie des exercices du corps*, 1888.

— *Hygiène de l'exercice chez les enfants et les jeunes gens*, 1891.

— *Hygiène de l'exercice chez les adultes*, 1893.

— *Médication par l'exercice*, 1894.

Londe. — *Gymnastique médicale*.

Dr Tissot. — *Gymnastique médicale et chirurgicale*. Paris, 1780.

Vu :

Le Doyen,
BROUARDEL.

Vu :

Le Président de la thèse,
LABOULBÈNE.

Vu et permis d'imprimer :

Le Vice-Recteur de l'Académie de Paris,
GRÉARD.

Imp. G. Saint-Aubin et Thevenot, Saint-Dizier (Haute-Marne) 15-17, passage Verdeau, Paris.
